

# الطب الحربى

فى القرن الثامن عشر  
من خلال الأرجوزة الشقرونية

تحقيق وتعليق  
د. بدر التازى  
تعريب وتقديم  
د. عبد الهادى التازى





٠٣٥٧

الطب العربي في القرن الثامن عشر  
من خلال الأرجوزة الشقرونية



من كتب التراث

---

# الطب العربي في القرن الثامن عشر

من خلال الأرجوزة الشقرونية

تحقيق وتعليق  
د. بدر التازي

تعريب وتقديم  
د. عبد الهادي التازي



نشر  
الهيئة المصرية العامة للكتاب

١٤٠٤ هـ - ١٩٨٤ م



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





## فهرس مواد الشقرونية

١١	• • • • •	الامداد
١٢	• • • • •	اعتراف بالجميل
١٣	• • • • •	تقديم
١٤	• • • • •	تمهيد
		القسم الأول :
١٧	• • • • •	تقديم المخطوطات
١٩	• • • • •	مرض تاريخي
		القسم الثاني :
٢٥	• • • • •	الارجوزة الشقرونية
٢٦	• • • • •	مبادئ الطب العربي
		القسم الثالث :
٣١	• • • • •	التعليق
٤٢	• • • • •	ما يتعلق باللباس الصخى
٤٤	• • • • •	ما يتعلق بتهوية المساكن
٤٦	• • • • •	ما يتعلق بصحة المسافرين
٤٩	• • • • •	خلاصة



---

شهدت كلية الطب مناقشة أطروحة تعتبر الأولى من نوعها في تاريخ جامعة محمد الخامس . ويتعلق الأمر بالرسالة التي قدمها للطالب بدر التازي حول الطب المغربي في القرن الثامن عشر من خلال الإرجوزة الشقرونية ، وهي الإرجوزة التي نظمها الطبيب عبد القادر بنشقرن ، معاصر السلطان المولى اسماعيل .

وقد كانت المناقشة بإشراف البروفسور عبد اللطيف بنشقرن ، استاذ في المسالك البولية ، ومشاركة البروفسور الدكتور عبد اللطيف بربيش عضو أكاديمية المملكة المغربية والسيد ادريس بنيعي ، استاذ في التشريح الطبي .

وقد تخرج الدكتور بدر التازي بدرجة مشرفة للغاية مع تهنئة لجنة التكريم واتخاذ قرار بالمباينة العلمية مع الكليات الطبية وكذلك ترشيح الأطروحة للجائزة المخصصة للرسائل الطبية .

---



## الإهداء

الى والى والى والى والى ..

تقديرًا لعنايتهم واهتمامهم وتربيتهم .. لقد كانوا دائما وراء  
ارشادي الى طريق العمل وطريق النجاح ، والى التعلق بالقيم  
الروحانية .

يحيى

## اعتراف بالجميل

سيظل الدكتور عبد اللطيف بن شلقرون الأستاذ المبرز بكلية الطب من جامعة محمد الخامس متوقفاً بذاكرتي وأنا أستمع من أمامي المراحل التي قطعها في إنجاز هذا العمل .

لقد منحني من إرشاداته ما ساعدني على تحقيق أمني في الوقت المناسب . كما لا أنسى للسادة الأساتذة : عبد اللطيف بربيش أمين السر الدائم لأكاديمية المملكة المغربية ، والأستاذ أريس بن يحيى الأستاذ المبرز بكلية الطب . وأخيراً والدي الدكتور الأستاذ عبد الهادي التازي . لأولئك ولكل الذين عملوا على أن يصبح هذا التراث في متناول الجميع عبارات تقديرى واعترافي بالجميل .

## تقديم:

بقلم: الدكتور عبد الهادي التازي

ليس لأنه ولدني ولكن لأنه عندما طلب مساهمتي له في اعداد هذا العمل لاحظت انه صادق في طلبه ماض في خطته ، وبالرغم من أن ثقافته العربية لم تكن في مستوى ثقافته في اللغة الفرنسية ، الا ان المجهود المتوالي الذي بذله طيلة خمس سنوات كاملة جعله يتغلب على كل المصاعب التي كانت اللغة تفرضها وهكذا اكتشفت أن « الأرجوزة » قد افادته بغير ما افادها هو عندما بحثها من مرقدها وقدمها ليس فقط الى قراء اللغة العربية ولكن كذلك الى قراء إحدى اللغات العالمية الحية وهي اللغة الفرنسية .

وقد سعدت أن أشهد - ضمن الذين شهدوا - مناقشة أطروحة الهامة بكلية الطب في جامعة محمد الخامس في صيف ١٩٨٠ ، ولكني سعدت أكثر من هذا أن أسمع من نجاحه بدرجة مشرفة للغاية وعن تهيئة لجنة التحكيم التي اتخذت قراراً بترشيح الأطروحة للجائزة المخصصة للرسائل الطبية .

لقد فتح الدكتور بدر التازي ملفاً من أهم الملفات في تاريخ الطب .. انه حلف المودة الى الأصول الأولى التي كان يعتمد عليها أسلافنا في ممارساتهم اليومية والتي تقتضي من طلبتنا أن يتمعنوا في دراستها واستيعابها .. والعناية بها .

د. عبد الهادي التازي

## تمهيد

كثيرا ما اثار ميدان الطب العربى استطلاع الناس سواء فى ذلك المتخصصون او غيرهم حيث راينا عددا من المؤلفات تهتم بالموضوع ، وقد كان من بين هذه الكتب « تاريخ الطب العربى » الذى ألفه الدكتور لوكيريك وكذلك الاممال الحديثة المتعلقة بالبحث التاريخى والترجمة والاهتمام باعداد القواميس .. الخ . هذا طبعا الى جانب الخدمات الجلية التى قدمها الدكتور رونو والاستاذ كولان للذان اتهما بصفة خاصة بالطب العربى فى المغرب الأقصى والذان استفدنا من أعمالها فى الخدمة التى نقدمها اليوم تحت عنوان : ( الطب العربى فى القرن الثامن عشر من خلال الأرجوزة الشقرونية ) - وتعنى كلمة « الأرجوزة » وزنا خاصا خفيفا من أوزان الشعر العربى ، كان العلماء القدامى يستعملونه لتفصيل ذكره الطلاب على الحفظ ، ومن المعلوم أنه نفس الوزن الذى نظمت عليه مثلا « أرجوزة » سعيد بن عبد ربه والرازى وابن سينا وابن طفيل (١) .

---

(١) أميليو فرسية غوسى : قصيدة سياسية لابن طفيل لم تنشر ، مجلة المعهد المصرى للدراسات الإسلامية عدد أول ١٩٥٣ .

ميد الهادى التلاوى : المحدثون وجبل طابق مجلة ( الفلق ) المغربية يناير ١٩٦٣ .  
دورا كوهين : أرجوزة فى الطب مجلة القنطرة ( الإسبانية ) العدد الأول مغريد ١٩٨٠  
محمد العابد الفاسى : مخطوط لنادى آيى بكر بن طفيل : مجلة الفرية الوطنية

أبريل ١٩٦٢



ما كلمة الشقرونية فهي في الواقع نسبة الى مؤلفها الطبيب عبد القادر ابن شقرون ، وكان قد فعل ذلك استجابة لسؤال وجه اليه بواسطة قصيدة شعرية من وزن « الراجز » أيضا ، وكان السؤال هو أحد تلامذة الطبيب ابن شقرون المشهورين كذلك في دنيا الثقافة المغربية وهو الشيخ سيدي محمد، صالح بن المعلى الشراقي (١) .

ويتعلق الأمر ببحث صحي ، خصص للقسم الأكبر منه لفن التغذية شربا وأكلا ( أو علم الصحة الغذائية ) ، وهو يتناول كذلك دراسة ميادين أخرى من علم الصحة بما في ذلك ما يتعلق باللباس، الصمى وبالسكنى الصحية وبالسفر الصحي ، بل ان المؤلف تناول موضوعات أخرى تتعلق بتركيب الأدوية بالوسائل الوقائية والعلاجية .

وبالرغم من أن هذه الأرجوزة أُنجزت في فترة تعتبر فترة انتكاس بالنسبة للطب العربي الأمر الذي كانت تعكسه بعض المقاطع ، بالرغم من ذلك ، فإنها هي الأرجوزة تقدم لنا فائدة حقيقية يمكن أن نعرف قيمتها ووزنها بما حفظه التاريخ لها من تمكنها من احتلال مركزها بين ذلك الفيض من المؤلفات والأعمال الطبية الماثلة من التي حررت على ذلك العهد حيث وجدناها ضمن المواد التي تدرس بجامعة القرويين بفاس الى بداية هذا القرن العشرين ، الأمر الذي يفسر النوازع التي كانت وراء طبعها في مطبعة فاس المصرية عام ١٩٠٦ وفي مطبعة تونس في نفس الفترة .

وإنه بالإضافة الى قيمة الأرجوزة من الناحية الطبية البحتة ، فإنها تقدم لنا من جهة أخرى فائدة تاريخية فيما يتعلق بالطب العربي ، مبادئه الأساسية وتجاريه ، هذا علاوة على الفائدة اللغوية حيث اكتسبنا عددا من التعبيرات والمفردات الفنية المتعلقة سواء بعلم التغذية أو تركيب الأدوية .

---

(١) ينمت الشيخ محمد ( بفتح الميم ) بالشيخ العارف « ويدعى بالصالح اعتبارا لصلاحه وفضله » وهو ابن الشيخ سيدي محمد المصطفى ( بفتح الطاء ) ابن للرازي مبد الخافي بن عبد القادر بن سيدي محمد ( فطنا ) المدعو الشراقي صاحب زاوية أبي الجعد من تادلة ( المغرب ) توفي أول المحرم عام ١٠١٠ هـ . وقد ألف عددا من الكتب حول السادة ( خرافة ) وحول زاويتهم كان منها « الروض الفاني في مناقب الشيخ سيدي محمد المدعو صالح » وقد طبع عن زاوية أبي الجعد الأم عدد من الروايات في الملح المغربية ، لذلك منها على سبيل المثال زاوية شرقاوة في حوالة التوارمين من قبلي ... السلسلة ج ١ و ١٩٢ ، الاستقصاص ج ٨ - ٥٩ - ٦١٩ - ٦٢٤ .

على أن الأرجوزة لم تهمل من لدن علماء الاستشراف المتخصصين الذين أولوها عنايتهم وهم يعالجون « القضايا المغربية » ، وننكر من هؤلاء على الخصوص الدكتور ( روني ) الألف الذكر الذي لم يفقه - وهو يتحدث في إحدى دراساته المتعلقة بالأطباء المغاربة الذين اشتهروا قبل بسط الحماية الفرنسية على المغرب - لم يفقه أن يستعرض عناوين طائفة من فصول الأرجوزة إضافة إلى ترجمة مختصرة لناظمها ومؤلفها الطبيب ابن شقرون \*

وقد كان الهدف من هذا العمل ، قبل كل شيء ، هو أن نجعل الأرجوزة في متناول الذين يهتمون بالموضوع ، ولهذا الباحث قمنا بوضعها في سياقها التاريخي الطبي حيث ابتدأنا بتحديد أصولها التي توجد سلفا في الطب الاغريقي ، وحيث بسطنا القول حول المبادئ التي ارتكزت عليها الأسطورة ، وذلك قبل أن نتصدى لنصيحها وترجمتها المصحوبة بمعجم للمعارات التقليدية . . وفي هذا الصدد لا بد أن نؤكد أن الأداة التي كنا نعتمد عليها في خدمتنا كانت في الدرجة الأولى كتاب الدكتور روني Renaud والبروفيسور كولان Colla المصنفين الذكر ، وكذلك كتاب ثمة الأحباب (١) وأخيرا القواميس المتعلقة بالفاظ الطب المغربي ، ومع ذلك فمن الاتصاف القول بأن المفردات والتعابير المستعملة في الأرجوزة لا توجد كلها في تلك القواميس مما دفعنا إلى الالتجاء في كثير من الأحيان إلى مصادر بيبليوجرافية أخرى اشرنا إليها في الوقت المناسب ، بل وإلى الاستفسارات الشفهية عندما يقتضي الأمر ذلك \*

---

(١) «أداة تصنيفية في الفقه والطب والشراب للسيد محمد المصطفى الشقراي تزييل

دمشق ، انظر معجم المصنفات العربية تأليف شريكس \*

## تقديم المخطوطات

لقد اعتمدنا في نسخنا لهذه الأرجوزة على نص المخطوطتين الموجودتين في « الخزائنة العامة » بالرباط علاوة على نسخة المطبعة الحسنية بفاس .

وقد كانت المخطوطة الأولى التي نصلح على إعطائها حرف ( ١ ) ضمن ( مجموع ) يحمل رقم ١٦٠٢/د وهو يحتوى على طائفة من الموضوعات المتنوعة حيث وجدنا الأرجوزة ( مع سؤال الطالب الشرقي ) ابتداء من صفحة ١/١١١ الى صفحة ١٢٧/ب .

وتحتوى « الشقرونية » على سبعة وستين وستمائة بيت بمعدل ثلاثة وعشرين بيتا في الصفحة ، كتبت بخط مغربي ، مشكول بيد أنفا نجهل اسم الناسخ وتاريخ النسخ كذلك .

أما المخطوطة الثانية التي نميزها بحرف (ب) فهي بدورها تقع في ( مجموع ) يحمل رقم ٩٩١/د حيث كانت الأرجوزة تقع من صفحة ١/٢٠٨ الى صفحة ٢٣٦/ب وهي كذلك تحتوى على سبعة وستين وستمائة بيت بحكم أن كل صفحة تحتوى على اثني عشر بيتا ٠٠ وكانت كالنسخة الأولى مكتوبة بخط مغربي مشكول ، ولكنها على عكس الأولى تحمل تاريخ للنسخ الذي تم يوم الأحد ثالث شعبان ١١٨٨ هـ الموافق ٩ أكتوبر ١٧٧٤ م على يد محمد بن إبراهيم القرطبي الرباطي .

وإن النسخة المطبوعة على الحجر هي التي أعطيناها حرف (س) ، وهي كذلك توجد ضمن مجموع يحمل عنوان « مجموع المتون » حيث تحتل مكانها بين صفحة ٣٧٦/ب وصفحة ٤٠٣/ب بما في ذلك الأبيات المتعلقة بسؤال الطالب الشرقي ٠٠ وكانت الأرجوزة تتضمن ثلاثة وسبعين وستمائة بيت بمعدل ستة وعشرين بيتا في كل صفحة ، وهي بخط مغربي كسابقتها ومشكولة ، علاوة على أنها مقروءة أكثر من الأوليين .

وقد كانت المطبعة الحجرية التي اتممت بهذه الأرجوزة هي بالذات مطبعة  
مولاي احمد بن عبد الكريم القاسري الحسنى الذي اتم هذا الطبع سنة ١٣٢٤ هـ  
الموافق ١٩٠٦ - ١٩٠٧ م .

وتبتدىء « الشقرونية » بصفة عامة ، فى النسخ الثلاث على هذا النحو :

الحمد لله الحكيم المرشد      اللهم الرشيد لكل مهتد  
الرازق الأسوات للنساء      المنزل الفيث من السماء

وكما قلنا فان أرجوزة الطبيب عبد القادر بن شقرون كانت جوابا لسؤال  
أحد اصداقائه تعمد هو الآخر أن يكون سؤاله على وزن الأراجيز ، وكان يحتوى  
على واحد وخمسين بيتا وردت تنصير الأرجوزة « الشقرونية » فى كل من  
المخطوطة ( ١ ) و ( س ) ، ويبتدىء السؤال المذكور هكذا :

يا شيخنا التحرير حلو الملتقى      الملتقى بمزايا المشرق  
يا من علا الأتراب والأقارنا      كما سما النهر به وزانا

وقد تضمن النص النهائى الذى تضمناه للأرجوزة مجموعة تتكون من أربعة  
وسبعين وستمائة بيت ، كما قلنا ، الأمر الذى كان ثرة فى الواقع لمحاولتنا  
الأخذ بما فى النسخ جميعا ( ١ ، ب ، س ) حيث اكتملت الأرجوزة بفضل هذا  
الصنيع ، وقد حرصنا على أن تنبه الى أى خلاف قد يوجد بين النسخ الثلاث ،  
ونحيل القارئ نتيجة لذلك على مواضع الصفحات ، وقد رأينا من المفيد أيضا  
أن نورد نص السؤال بكامله على رأس الشقرونية نظرا لكونه مثبتا كذلك فى كل  
من النسخة حرف ( ١ ) والنسخة حرف ( س ) .

## عرض تاريخي

ليس في نيتنا أن نعالج في هذا الفصل بتفصيل ، تاريخ الطب العربي ، ولكن هدفنا فقط توضيح أصوله والوقوف باقتصار على مراحل تطوره عبر العالم الى القرن الثامن عشر ، التاريخ الذي يتفق وتآلف « الشقرونية » ، وان هذا سيساعدنا من جهة على تدقيق نوع الطب الذي كان يمارس في ذلك الوقت كما أنه من جهة أخرى سيمكننا من تحديد السياق الطبي في « الشقرونية » .

وهكذا ففي عصر ما قبل الاسلام لم يكن هناك - على ما يبدو - في شبه الجزيرة العربية سوى طب بدائي ، ونتيجة لذلك فان المعارف والممارسات الطبية كانت ثمرة الاكتشافات العرضية وثمره الملاحظة . وفي كثير من الأحيان كانت تلك المعارف تمتاز كذلك بالسحر والمعتقدات الخرافية (١) .

وقد أحدث ظهور الاسلام ثورة بكل معنى الكلمة الثورة في هذا الموضوع ، وهكذا فان المؤمنين الذين كان عليهم أن يقاوموا الشرك والكفر وأن ينشروا رسالة السماء وجدوا أنفسهم أمام اكتشافات وحضارات وهم يختلطون بالشعوب الأخرى ويفتحون البلاد التي كانت تخضع لأمم غير الأمة العربية ، وهكذا فعند فتحهم لمصر اكتشفوا لأول مرة الطب الاغريقي على نحو ما رأيناهم يفتحون عيونهم فيما بعد عندما وصلوا الى بلاد ما بين النهرين وإلى بلاد فارس . . . لقد كان الطب يدرس في معهد الاسكندرية من خلال كتب كاليان Galian . ومن هنا ابتغيات حركة ترجمة تلك المؤلفات الى اللغة العربية .

وفي العالم الاسلامي كانت اول مدرسة طبية هي المدرسة التي عرفتها بلاد المشرق ، المشهورة بأسماء شخصياتها العظيمة الكبيرة ، من أمثال الرازي ( ٨٥٠ - ٩٢٣ ) وابن سينا ( ٩٨٠ - ١٠٣٦ ) وابن النفيس ( النصف الثاني من القرن الثالث عشر ) .

وقد اتبعت المدرسة الشرقية بالمدرسة الغربية حيث وجدنا ( أبا القاسم الزهراوي<sup>(١)</sup> ( ٩٣٦ - ١٠١٣ ) ووجدنا ابن زهر<sup>(Avenzoar)</sup> ( ١١٠٦ - ١١٦٦ ) وابن رشد (AVERROES) ( ١١٢٦ - ١١٩٨ ) .

وإن انتشار الطب عبر العالم غير الاصلامي وبخاصة في بلاد أوروبا ابتداء بمدرسة ساليرنو بفضل ترجمة المؤلفات العربية الى اللغة اللاتينية من طرف قسطنطين الافريقي ( ١٠١٩ - ١٠٨٧ ) حيث انتشر الطب في أوروبا شيئا فشيئا .

ولأجل أن نعطي فكرة عن النور الذي قام به هذا الطب في العصر الوسيط في هذه الجهة من العالم ، يكفي أن نشكر بأنه من بين الثلاثة عشر كتابا التي تمتلكها خزانة كلية الطب في باريس المؤسسة حوالي أواخر القرن الرابع عشر ، نجد ستة مجلدات مترجمة الى اللاتينية عن مؤلفات طبية عربية ، كان من ضمنها « كليات ابن رشد ، وقانون ابن سينا ، وكتاب أبي القاسم ( للتعريف لمن عجز عن التأليف ) وكتاب الرازي » . ولقد كان كتاب القانون أحد المؤلفات الطبية الكلاسيكية طيلة العصر الوسيط وحتى القرن السادس عشر .

والواقع أن بداية انهيار الطب العربي تبتدئ منذ القرن الثالث عشر ، ولو أننا لم نتحسس ذلك الانهيار الا تدريجيا . . وهكذا فبعد سقوط القسطنطينية العظمى في القرن الخامس عشر لاحظنا ، ومن جديد ، المؤلفات الطبية الاغريقية تصل مباشرة الى أوروبا فاتحة بذلك الطريق لما يسمى طب عصر النهضة ، وقد لاحظنا اضافة الى هذا ، وفي هذه الفترة بالذات ، أن المبادئ الطبية الاغريقية أخذت طريق الإهمال شيئا فشيئا تاركة بذلك المكان للاندراك الطبى الجديد ، وهو الاندراك الطبى الذي يمارس حاليا .

وسنذكر على سبيل المثال معاصرا أوروبا للشقرونية وهو الطبيب الايطالى مالبيجي (MALPIGUI) . ( ١٦٦٨ - ١٦٩٤ ) .

وفيما يتعلق بالمغرب بصفة خاصة فأنه ، أى المغرب ، كان في العصر الذهبي للطب العربي في المغرب ( القرن الحادى عشر والثانى عشر ) يكون مع اسبانيا الاسبانية ( الاندلس ) بلدا واحدا ، علاوة على تلك فإن هذه الفترة جاءت مصافدة لحركة « الاسترجاع » التي أعقبتها حركة الهجرة نحو الديار المغربية حيث وجدنا عددا كبيرا من العائلات الأندلسية كان من بينها عدد من الأطباء اللامعين من أمثال أسرة بنى زهر .

---

(١) نعرفه المصادر الأوروبية هكذا : أبو القاسم .

وفي أعقاب هذه الفترة ومنذ القرن الثالث عشر ٠٠ حلت نكسة بسائر البلاد الإسلامية عكست آثارها على مختلف العلوم ومن ضمنها علم الطب ، بالرغم من أن هناك طائفة من المجتمعات الثقافية الإسلامية ظلت متشبثة بتراتها ٠٠ على نحو ما نرى في ديار مصر ، بالشرق الأوسط ، وما نراه في ديار المغرب كذلك ، لقد ظهر فعلا أن المغرب كان آخر ملاذ العلوم وخاصة في ميدان الطب العربي بالغرب ٠

وهكذا فإن عصر « الشقرونية » كان ما يزال يعيش تدريس الطب بصفة رسمية في المعاهد المغربية ، وقد كان المركز الأساسي لتعليم هذا الفن هو جامعة القرويين بفاس حيث نشاهد أن أساتذة الطب يعتمدون على نتاج الأطباء المشرقيين بما فيهم الأطباء الكلاسيكيون كابن سينا والرازي أو الأطباء المعاصرين كالطبيب السوري داود الانطاكي من أصحاب القرن السادس عشر أو كذلك الأطباء الذين ينتسبون للمغرب الإسلامي من أمثال أبي القاسم الزهراوي ، دون أن ننسى مع كل هذا ، المؤلفين الذين ينتسبون للمغرب الأقصى والذين نذكر أسماء بعضهم على سبيل المثال لا الحصر ، من أولخر القرن السادس عشر ، الوزير الفسافي الذي كان من جملة المؤلفين في موضوع النباتات الطبية والعقاقير وتقصّد إلى كتابه ( الحنيقة ) الذي كان البروفيسور كولان قد أخذ في ترجمته ٠

ونذكر من بين المعاصرين للطبيب عبد القادر بن شقرون ، الطبيب المعروف عبد الوهاب بن أحمد الدراق الذي نظم في الطب قصيدته المشهورة حول فوائد المنعاج الطبية ٠٠ إن لآثحة الأطباء الذين ظهروا في هذه الفترة كانت طويلة جدا (١) ، وأن من بين هؤلاء وفي هذا السياق يمكن أن نضع طبيبا ليوم عبد القادر بن شقرون كما نضع أرجوزته الشقرونية كذلك ٠

#### بيوجرافية عبد القادر بن شقرون :

هو ابن محمد عبد القادر بن شقرون الملقب بالمكناسي ( نسبة إلى مدينة مكناس ) تميزا له عن اسم مماثل في فاس كان يعيش في أواخر القرن الثامن عشر ، كان أبو محمد معاصرا للسلطان مولاي اسماعيل ( ١٦٧٢ - ١٧٢٧ ) ، ولكن تجهل متى ولد بالضبط ومتى توفي كذلك ! ٠

وقد درس بمدينة فاس حيث لقي هناك أستاذه الجليل في الطب أبا عبد الله

محمد ادراك الذى ينتسب لمائلة لدراك الشهيرة التى أنجبت عددا من الأطباء المرموقين ، كان من بينهم عبد الوهاب بن أحمد ادراك الذى يعاصر ابن شقرون . وقد درس بمدينة مكناس العاصمة الاسمايلية ، وهناك أتت له الفرصة للتعرف على عدد من الأساتذة الكبار المتخصصين سواء فى الطب أو الأدب أو الدين .

ولم يكتف ابن شقرون بالأخذ عن مشايخ المغرب ، ولكنه رحل للمشرق حيث اغتنم فرصة قيامه بمناسك الحج ليمر بمصر حيث درس هناك الطب أيضا على يد الطبيب أحمد الزيدان ، وكان من جملة المواد التى درسه إياها ملخص قانون ابن سينا الذى قام به ابن النقيس .

لقد كان ابن شقرون رجل دين ، ورجل أدب وشاعر . بارعا كذلك على نحو ما قاله معاصره الكاتب المعروف ابن الطبيب العلمى فى كتابه « الأنيس المطرب » ، ومع ذلك فإن الصفة التى تغلب على ابن شقرون هى صفة الطبيب الصيدلى المشتغل بالأشغال .

وحسب بعض المقاطع التى طالعنا بها صاحب « الأنيس المطرب » فإن ابن شقرون كان يمارس تدريس الطب فى المسجد الذى يجاور ضريح الولي الصالح سيدي أحمد بن خضراء . . . وقد عده النقيب مولاي عبد الرحمن بن زيدان مؤرخ الدولة فى مخطوطته « المنزح اللطيف » على أنه ، أى ابن شقرون ، كان من بين الأطباء المخصوصين للسلطان مولاي اسماعيل .

ومن بين التلاميذ الذين اشتهر أنهم أخذوا عن ابن شقرون فنذكر على الخصوص الشيخ سيدي صالح بن المعلى الشرقى الذى كان انشد يتمتع بحظوة فى تادلة ( أبو الجعد ) فكان سيد قومه فى تلك الجهة ، وكان بالذات هو الذى يسأل ابن شقرون أن يفيدته حول الطب ، الأمر الذى كان سببا فى نظم الشقرونية .

كما فنذكر من بين تلامذته المرموقين ابن الطبيب العلمى صاحب كتاب « الأنيس المطرب » والذى نراه يأتى فى كتابه المذكور على طائفة من الوصفات الطبية الساحرة التى تلقاها بنفسه من الطبيب ابن شقرون ، وقد ذكر ابن شقرون على أنه مؤلف لعدد من الكتب الأدبية التى نجهلها إلى الآن ، كما ذكرت له طائفة من الأشعار التى قرأنا بعضها فى كتاب « الأنيس » .

وقدما يتعلق بالزيدان الطبى بصفة خاصة وجدنا ، كما أشرنا سابقا ، عددا



من الوصفات الطبية التي رعد حينها صاحب الأتيس المطرب ، وقد أنادنا  
الليكتور رونو عن وجود مؤلف لابن شقرون يعالج بصفة خاصة ، الأدوية  
المفردة والمعايير الطبية بيد أن المخطوطة المتعلقة بهذا الموضوع لم يعثر  
عليها بعد .

وهكذا فإن العمل الرئيسي الذي عرف به طبيبنا والذي نال شهرة في سائر  
جهات المغرب هو « الشقرونية » التي ظهرت لأول مرة بمكناس سنة ١١١٣ - ١٧٠٢  
والتي هي موضوع دراستنا اليوم .



## الأرجوزة الشقرونية

تثبيته :

لأجل أن نقدم الأرجوزة على شكل واضح بين ، همدنا الى نصها ( بما فيه السؤال المطروح على الشيخ ) وجعلنا لكل بيت من الأبيات الشقرونية (٦٧٤) رقما خاصا به من بدايتها الى نهايتها ، وعلى هذه الأرقام ، أرقام الأبيات تتم احالقتها •• وعلى تلك الأرقام نعتد في تفسيرنا وتعليقنا عند الاقتضاء •

وفيما يتعلق بأداء الحروف العربية بحروف لاتينية فقد أعتدنا منهج الجداول المقترح على المؤتمر العالمى لتنظيم الأسماء الجغرافية وذلك إعتماداً على ما قدمتته المجموعة للعربية لدى المؤتمر المذكور (١) •

---

(١) يطيب لنا أن نتقدم بالشكر الجليل للدكتور عبد الهادي الفاضل الذي قدم لنا هذه المساهمة •

## مبادئ الطب العربي

قبل أن نتناول عرض مفهوم « الشقرونية » وحتى تتمكن من متابعة منطقتها نرى مما لا يستغنى عنه أن تكون لدينا فكرة للمبادئ التي ارتكزت عليها معلومات الأرجوزة ، أن ذلك هو الهدف من هذه السطور التي نكتبها ولابد أن نعيد إلى الذاكرة مرة أخرى أن هذه النظرية هي بالذات النظرية الاشريقية •

### فكرة العناصر والمزاج :

أن كل شيء يتبدى من العناصر الأربعة التي تتكون منها سائر المواد : النار ، الهواء ، الماء ، الأرض •

لكل عنصر من هذه العناصر صفته الخاصة به :

- وبالنسبة للنار نراها تكون الحرارة ••
- وبالنسبة للهواء نراه يكون الرطوبة ••
- وبالنسبة للماء فإنه يكون البرودة ••
- وبالنسبة للأرض فإنها تكون اليبوسة •

وعلى أساس نسبة وجود هذه العناصر الأربعة في جسم أو في مادة يحدد ما نسميه « المزاج » •• وهكذا فإن عنصراً من تلك العناصر يمكن أن يكون متفوقاً على الآخر ، فإذا كان عنصر النار زائداً يقال عن الجسم الذي يتميز بذلك أنه ذو مزاج حار ، وإذا كان عنصر الماء زائداً قيل عن الجسم أنه ذو مزاج بارد •• الخ •

وفي هذا المعنى ينبغي أن نفهم الوصفات التي يقدمها صاحب الشقرونية ، وعلى سبيل المثال فيما يتعلق بالمواد نجد المؤلف يقول في البيت رقم ٣٧ « القمح في المزاج حر ••• » •

وأحيانا يكون هناك عنصران متفوقان ، لنفرض أنهما الماء والهواء ، فإن المادة التي تحتويهما تكون باردة رطبة ، وعلى سبيل المثال نذكر البيت رقم ٢٤٥ :

حب الملوك . يارد في طبعه رطب فلا تهمل عظيم نفعه

واخيرا فانه اذا كانت العناصر كلها موجودة بنفس النسبة فانه يقال من المادة انها « معتدلة » ٠٠ وهكذا نقرأ في الشقرونية في البيت رقم ٢٦٣ :

و(التفاح) الحلو مماثل للاعتدال وليس من حرارة يصل

وينبغي ان ذنق في هذا الصدد بان في كل مزاج ذاته أربع درجات ، ولنا مثل ذلك في البيت رقم ٤٠٢ - ٤٠٣ :

٠٠ قاول يبلغ حد الرابعة من درج ، فخذ علوما نالعة

والثاني في الثالثة الموالية وثالث في الطبع دون الثانية

#### فكرة الاخلاط والطبائع :

وفيما يخص الجسم الانساني فان العناصر الاربعية تتلف لتكوين باديء الامر الاخلاط الاربعية التي يتركب منها مختلف الاعضاء .

#### والاخلاط الاربعية هي :

١ - الدم : الذي يتميز مزاجه بالحرارة والرطوبة .

٢ - البلغم : الذي يتميز مزاجه بالبرودة والرطوبة .

٣ - الصفراء : الذي يتميز مزاجه بالحرارة واليبوسة .

٤ - السوداء : الذي يتميز مزاجه بالبرودة واليبوسة .

ويمقدار الاخلاط الاربعية في الجسم نحدد ما نسميه « الطبع » او ، المزاج ، كذلك ولهذه الاخلاط الاربعية تنسب الطبائع الاربعية المختلفة حسب تفوق كل طبع على للطبع الآخر .

وهكذا فان التفوق في خلط الدم يعطى صفة الطبع الدموي .

والتفوق في خلط البلغم يكسب صفة الطبع البلغمي .

والتفوق في خلط السوداء يعطى صفة الطبع السوداءي .

ولنذكر اخيرا بانه من الممكن بالنسبة لهذه الاخلاط ان يتحول بعضها الى البعض الآخر عن طريق ظاهرة « احتراق » على ما نرى في البيت رقم ٢٤١ :

ولا يليق (التمر) بنوى الصفراء فحمه يسرع يفسوداء

ولاجل أن يتوفر الانسان على حالة سليمة وصحة كاملة فان هدفه ينبغي أن يتوجه الى الحصول على توازن تام فيما يتعلق بالمزاج ، وفي اخلاط الجسم ، وعند التطبيق فان هذا المبدأ يهم سائر ميادين الطب والصحة .

تطبيق على علم الصحة : «La Diététique»

لنأخذ مثلاً في انسان ذي طبع صفراوى على حسب التعبير الاصطلاحي ، فان فيه زيادة في الحرارة واليوية وهذا يقتضى أن يعتمد هذا الانسان على المواد الغذائية الباردة والرطبة ، فانها هي التي تناسبه للحفاظ على توازنه ، ولأجل توضيح هذا ينبغي أن نذكر هذا المثل في البيتين رقم ٢٤٥ - ٢٤٦ :

حب الملوك يارد في طبعه	رطب فلا تهمل عظيم نفعه
يقمع شر فضلة الصفراء	مخصب لجملة الاغشاء

وبعكس ذلك ، وبالنظر للمثل الذي ضربناه للصفراوى ، فان المواد الحارة تزيد في عدم توازنه وتكون بالنسبة اليه قاضية ، وهذا ما يمكن أن نستنتج مثلاً من البيتين رقم ٣٣٧ ورقم ٣٤١ :

والتمر مائل الى الحرارة	يخلو كذاء بين الغزارة
ولا يليق بنوى الصفراء	فحمه يسرع للفسوداء

فإذا عرفنا هذا فان القضية التي تخطر على البال ، هي كيف نعرف ونحدد مزاج المادة الغذائية ؟ وبهذا الصدد فانه توجد بالأرجوزة طائفة من الاشارات التي قدمها ابن شقرون تجعلنا نعتقد بأن مذاق المادة يكون وسيلة من وسائل تحديد مزاجها . وهكذا يمكن أن نقرأ مثلاً في البيت رقم ٤١٦ :

مزاجها ليس مع الحرارة	وقولنا شاهده الحرارة
وكنك في البيت رقم ٣٦٢ :	

والاسود القاضح ذو حرارة	مزاجه لطيفها الحرارة
وكنك في البيتين رقم ٤١٩ ورقم ٤٢٠ :	

واحكم على الزنيخ بالرطوبة	كذا الرطوبة له منسوبة
اذ طعمه لدى الحكيم الذائق	هذب تقيه بالمقياس الصائغ

## التطبيق على الأمراض والأوبئة : «Moyens Muémotechniques»

تعتبر حالة المرض ، حسب هذه النظرية ، كنتيجة لعدم توازن مهم بالنسبة للمزاج ، وهكذا فإن هناك أمراضاً تنشأ عن الإفراط في الحر ، ومن ثمة الأمراض سائر أنواع الحمى ، وهناك أمراض تنشأ عن الإفراط في البرد ، ومن تلك الأمراض تنشأ حالات داء المفاصل ( الروماتيزم ) ٠٠ الخ ، وأن علاجه يعتمد إذن على التركيز لتحضير مواد تحتوي على الخاصيات المضادة ، وللاشارة الى هذا نقدم مثالين مأخوذين من الشقرونية :

البيت رقم ٢٥٨ :

والبرد ثم اليبس في الزهرور من أجل ذا يليق بالحرور

والبيتان رقم ٢٢٨ - ٢٢٩ :

والحر واليبس مزاج اللطيف وللقيل فيه خير أرب

لداء الاستسقاء والمفاصل ورعشة وفالج مواصل

وينبغي أن نسجل مع هذا بأن علاجا من هذا النوع ينبغي أن يأخذ بعين الاعتبار والطبع الذي ينتمى إليه الإنسان ، هل هو دموى أو صفراوى أو بلغمى أو سوداوى وذلك لتجنب مضاعفة عدم توازنه الأصلي والطبيعى . ومن هنا تأتي النظرية المعروفة في الطب الحديث « بالطرف الحائل دون استعمال علاج » (contre — indication) الذي نقدم له هذا المثال في البيت رقم ٥٣٤ :

ولا يليق بلوى الصفراء هذا ، فلنترهم عظيم الداء

تطبيق على الملابس الصميمة ( صمة الملابس ) :

أن كل قماش وثوب له هو الآخر مزاجه الخاص به ( حسب نسبة العناصر التي يتألف منها ) ، وينبغي أن يتلق مع طبع الشخص الذي يرتديه ، وهكذا نفرض في البيت رقم ٦٠٦ :

وكل ملبوس من الاصوف سخن المزاج بين الجفاف

وينبغي أن نعيد الى الذاكرة للمزيد من التوضيح بأن الإنسان البلغمى يتوفر على زيادة في البلغم فيها الحرارة والرطوبة ، وعلى عكس ذلك فإن الإنسان الصفراوى يتوفر على إفراط في الصفراء فيه الحرارة واليبوسة .

### تطبيق على صحة المسكن ( المسكن الصحى ) :

وان المساكين بما تتوفر عليه من مناخ داخلى من شأنها كذلك ان تحمى القاطنين بها بما تضمنته لهم من رعاية للمزاج الذى يتوفرون عليه . وهكذا نقرأ فى البيتين رقم ٦٢٨ - ٦٢٩ :

والبرد ثم اليبس فى الدمالس      فهى الن من اطيب المجالس  
وقت هجوم الحر فى المصيف      عند اشتداد الوهج العنيف

وبالإضافة الى هذا فان تعرض المساكين لمختلف انواع الرياح له اهمية ، لأن لكل ربيع تأثيرها الخاص على مزاج أولئك السكان ، ولنقرأ على سبيل المثال البيت رقم ٦٢٥ :

وكل ما يكشف للبحر      ينفع كل بدن مصور

وعلى ضوء الذى تقدم نرى ان الأمر يتعلق هنا بطب وقائى قبل كل شيء ، بهدف الحفاظ على توازن الجسم الانسانى ( باستعمال دقيق لسائر العوامل التى تحيط بالانسان بما فى ذلك المواد الغذائية والملابس والسكن والمناخ المحيط به ) وتجنب الأمراض الممكنة .

وبعد أن تعرفنا على هذه المبادئ ، وهذه المفردات الأساسية فانه سيكون من السهل علينا ان نفهم مضمون « الشقرونية » .

ومن المفيد - اضافة الى كل هذا - ان ننبه الى ان الشقرونية احيانا تحتوى على ذكر « أمزجة » علاوة على الأمزجة الأربعة التى تعرفنا عليها مما لم ننق له على تفسير معقول او يتعلق الأمر بالأمزجة التالية : المزاج اللين - اللطيف - الفليط - اللدن .





## التعليق

### فيما يتعلق بالشكل :

لقد أدى ابن شقرون معلوماته بواسطة منظومة من بحر الرجز كما أسلفنا ، وبالرغم من اتمامه بالتدقيق العلمى واستعماله لبعض التعبيرات الدينية فإنه - أحيانا - لم تفته النكتة والفكامة وهو يمرر عن مقاصده \*

وفى هذا النوع من الشعر المسمى بالرجز نجد أن كل بيت يتألف من ( مستقعلن مستقعلن ) ست مرات مجزأة على شطرين يتكون منهما البيت ، وقد كان هذا النوع من الشعر مستعملا كثيرا على هذا العهد وبخاصة فى المؤلفات العلمية لدرجة أن بحر الرجز كان معروفا عند الناس بعمار الطلبة ، يجنون ركوبه سهلا وثباته فى متناولهم \*

وإن هذا الأسلوب الموزون يفقد أحيانا الوضوح المطلوب بسبب ارتباطه بقياس خاص وقافية محددة ، وقد يبدو من خلال هذا الوزن أنه ربما لا يؤدى موضوعات علمية بيد أن معايشة الأرجوزة يجعل الانسان يرتاح لقراءتها ويستأنس بوزنها وقافيتها ، فهى لأجل ذلك تقدم لك سائر أنواع المساعدة للذاكرة على نحو ما يعرف فى أيامنا بالوسائل الخاصة بتقوية الذاكرة :

«Moyeus Muémotechniques» التى تستعمل بكثرة من طرف الطلبة \*

### أما بالنسبة للمصق :

إن مجموع المعلومات التى تحتويها الأرجوزة على درجة كبيرة من الأهمية ، ومكذا فإن هذا العمل يعكس صورة عصر وصورة حضارة مع كل ما يوجد فى ذلك العصر وفى تلك الحضارة من مظاهر سواء فى وسيلة العيش أو فى العادات الخاصة بالمائدة وأسلوب الهندسة المعمارية ، وطرق اللباس وما يتخلل ذلك من العلاقات التى كانت للمغرب مع الدول الأجنبية والأوربية على الخصوص ، وربما أيضا بعض الظروف السياسية الثقالة .. ففى كل من هذه النقاط نجد هناك عناصر للمناقشة \*

ومن جهة أخرى فإنه من الناحية اللغوية نجد أن دراسة التعبيرات التقنية المتعلقة بتركيب الأدوية والمتعلقة بعلم التغذية ( الصحة ) الخ ٠٠ مثلا فيما يتعلق بأصلها العربي أو البربري أو الفارسي أو اليوناني ، تحتاج كذلك الى دراسة لا تخلو من فائدة .

بيد أننا مع ذلك خصصنا تعليقاتنا بالياديين التي تمس الصحة التي كانت موضوع بحث الشقرونية ، وهذا على ضوء المعارف الحاضرة ، وهكذا فإن تعليقاتنا ينصب إذن على علم التغذية وعلى المياه والمشروبات التي عالجناها على حدة من علم التغذية ، الصحة في الملابس ، الصحة في المسكن ، الصحة في التنقلات والأسفار .

ونقل من الآن بأن هناك عرقلة هائلة كانت تعترض طريقنا في التعليق ، تلك هي الانسياق في نقد نظرية مقبلة اليينا بنظرية أخرى ذات ميادى تختلف تمام الاختلاف عن النظرية الأولى ، ومن أجل ذلك فأننا نحاول أن نتجنب النقاش العقيم مقتصرين على الحديث حول بعض النقاط العملية والمحددة التي تتعلق بالياديين المطروقة .

#### فيما يتعلق بالفصل الخاص بعلم التغذية :

علم التغذية (la Diététique) هو فرع من علم الصحة يهتم بأنواع التغذية التي تقوم عليها حياة الانسان ، وكما أشرنا الى ذلك انفا فإن ذلك العلم ، علم التغذية ، يتركز في الأرجوزة الشقرونية نفسها على مبدأ « العناصر » ، وهكذا فإنه من المستحيل أن نقوم فيها بتحليل يبنى على معايير علمية عصرية ، وأكثر من هذا يمكننا ، بناء على بعض النقاط العملية ، أن نقوم بتقريب بين تلك العناصر وهذه المعايير ، على سبيل المثال في موضوع تصنيف الطعام وموضوع الصحة الغذائية وموضوع بعض خواص الأطعمة .

وأخيرا ، وكوموضوع لا يقبل الانفصال عن علم التغذية -- وهو ما يؤكد هذا الفصل -- ما يتعلق بالأمراض ( للفيضاء المرضية والعلاج ) ، الشيء الذي جعلنا نخصه بفقرة في نهاية هذا الفرح .

قبل التعرض للمقارنات والشروح نبدا بالأسس النظرية المتوالية لعلم التغذية حسب مقاميم القسماء ( الطب العربي ) ، وحسب مفهوم الطب الحديث .

لنذكر أن لكل فرد -- طبقا لمبدأ العناصر ( انظر ميادى الطب العربي ) -- خاصية معينة ( حسب نسبة الاخلاط الأربعة التي تركبه ) تكشف دائما عن علم

توازن ما ، ( حرارة ، برودة ) ومن جهة أخرى ، وبالطريقة نفسها ، فإن لكل غذاء مزاجاً معيناً ( حسب نسبة العناصر المكونة له ) ؛ وهكذا فإن النور الذي تلعبه العناصر هو أحداث التوازن في « مزاج » الأفراد .

هذه الطريقة في الرؤية ستتخذ في جميع المستويات ولا سيما :

• في تحديد كيفية التغذية ( النظام الغذائي ) .

• وفي كيفية وصف الأغذية ، وبالنسبة لهذا هو التصنيف النموذجي الذي استخلصناه من الأستاذ ابن شقرون :

١ - مزاج الغذاء .

٢ - تأثير الغذاء في الجسم ، ويذكر الأستاذ في هذا الموضوع من جهة الفعالية المنتظرة لمزاج الغذاء ( إعادة التسخين ، وإعادة التبريد ... ) ومن جهة أخرى فعالية أو فعاليات تملين بالتجوية ( مثل خاصية إمساكية الخروب ) .

٣ - الأغذية النباتية المتنوعة ، ولنذكر - في هذا الصدد - أنها كلها محلية ومغربية ، بل خاصة بذلك العهد .

٤ - مصلحات ( أو ملطفات ) ، الأغذية « اصلاح » ، ولنسجل بخصوص هذه الفكرة التي تتكرر مراراً في الأرجوزة ، أن هناك ثلاث فرضيات شارحة :

• مصلحات قد يكون الهدف منها أحداث توازن في مزاج الغذاء نفسه .

• مصلحات قد يكون الهدف منها جعل الغذاء كاملاً من الناحية الغذائية ( البيت رقم ٥٩ ) .

• كما قد يكون هدفها تسهيل هضم الغذاء ( البيت رقم ٥٣ ) .

وهذه الفرضيات الثلاث يمكن أن تصلح كلها حسب الحالات .  
أما ما يتعلق بعلم التغذية الحديث ، فإن تحديد الحاجيات الغذائية للجسم يتركز كلياً على أسس أخرى ، أهمها الارتياح إلى الحاجيات الطاقة المقدرة بالحريرات ( calories ) ( أو الكلوريات ) ، حيث أن الهدف منها تأمين الأيض (١) الأساسي ( أو الاستقلاب الأساسي ) ، وتسلسل مختلف الوظائف ، والعمل العضلي ... الخ ... أن دور الأغذية هو تأمين هذه الطاقة بفضل محتواها من السكريات والدهنيات والبروتينات ، وعلاوة على هذا يجب احترام

(١) الأيض هو مجموع التحولات الكيميائية انطالية التي صرفها الأيضاة Metabolisme ، والأيضاة هي إحدى مركبات المادة الحية مثل الكربون .

عدد من التوازنات ، وأهمها التناصب التام بين هذه المكونات الثلاثة لقاعدة الحاجيات الطاقية ، وأخيراً ، ولكي تكون التغذية كاملة يجب تزويد الجسم - وبكميات محددة جيداً - بالمواد التي يعجز عن تشكيلها والتي يمكن إجمالها في بعض الأحماض الأمينية الضرورية ، والحيمينات (أو الفيتامينات) ، والأملاح المعدنية (كالمغنسيوم وفوسفور ٠٠٠) والعناصر الكيميائية الضرورية غير الأساسية (الحديد ٠٠٠) .

من هذه المعطيات ينطلق حساب الحصص الغذائية (بمعنى ٢٠٠٠ حريرة يوميا بالنسبة لفرد بالغ عادي) وللنظام الغذائي ، وكذلك تصنيف وكيفية وصف الأغذية ، هذه الكيفية التي تعتمد على محتوى الأغذية من بروتيدات وسكريات وأملاح معدنية وحيمينات .

وهكذا فإن التباين بين هذين المفهومين جلي وواضح ، والتحليل الحقيقي للأرجوزة حسب الأسس العلمية الحديثة يستحيل إجراؤه ، إلا أنه من الممكن عمليا تقريبها من هذه الأسس ، وقد فعلنا ذلك بالنسبة لتصنيف الأغذية والنظام الغذائي وبعض خصائص الأغذية ، وكان ذلك خلاصة الملاحظة والتجربة (ولا علاقة له بمبدأ العناصر) .

ولمراعاة تصنيف الأغذية في الشقرونية هذا ، ألي لتصميم المعتمد من قبل الأستاذ شارحينه أولا بأول .

يبدأ المؤلف بما يسميه « الحبوب » وهو يضم إلى هذا المصطلح « الزروع » كالقمح والشعير والذرة والأرز والذخن « أو الذرة البيضاء » ٠٠٠) وكذلك الطناني (كالفاصوليا والحمص والعدس والبقول ٠٠٠) وكونه يبدأ بهذه الأغذية يدل على أنها أساسية في التغذية (كما هو الحال في بلادنا الآن) ، زد على ذلك أن هاتين المجموعتين الغذائييتين - رغم اختلافهما في الشكل - فإنهما تشتركان في غناهما الغذائي بفضل محتوَاهما البروتيني النباتي خاصة .

وبعد فصل « الحبوب » يأتي فصل الأغذية المركبة ، وهو فصل هام جدا لتعدد الأصناف الطبخية التي يذكرها (لكن دون شرح) ، ثم ينتقل إلى فصول متتابعة - لحوم الدواجن و (الببيض) ، والأسماك ، والقيصة ذات الشعر - وهذه الفصول تضم بالفعل المنتجات ذات الأصل الحيواني (مصنر البروتينات الحيوانية) ، ولقد أختبرنا أن نقول بضع كلمات قيمياً يخص اللحوم ، ففي الواقع أن أحكام الأستاذ المتعلقة باللحوم - طوال مؤلفه - أحكام متغيرة ، فتارة يقومها وطورا يذم بعضها بقوة مذكرا في هذا بالجدالة الصائبة في شأن هذه المادة من الغذاء . وقد سجلنا في هذا الفصل نفسه ملاحظة هامة : خطر « تمغن » تطهير اللحم الذي يحذر منه الأستاذ ، الأمر الذي يجيز - من جهة

أخرى - على التزام قاعدة صحية أساسية ، فالتبريد العاجل للحوم ضروري نظرا لاحتوائها على كمية كبيرة من المواد القابلة للتعفن والتحلل .

وبنفس تسلسل الأفكار نذكر بتدبير صحى لا يقل أهمية عن سابقه ، انه الرقابة البيطرية للحوم قصد المحاولة دون العديد من الأمراض المعدية البكتيرية والطفيلية القابلة للانتقال الى المستهلك ( كالحصى المتموجة أو ما يعرف أيضا بالحصى المالمطية ، والكيس المحتوى على يرقات الدودة الوحيدة ، والأسكاريس ) ولنذكر كذلك ان الأستاذ ابن شقرون فى معرض نمذ الحسم البقر يقول انها « مسببة للأورام » ( الكيس الحاوى ليرقات الدودة الوحيدة ) .

غير أننا نسجل - كنقد لهذا الفصل - أن الحليب ومشتقاته التى تكون هى أيضا مصدرا أساسيا للبروتينات الحيوانية أدرجت فى نهاية فصل علم التغذية بعد مياه الشرب ، فى حين كان بالإمكان إيجاد مكان لها فى هذا الباب .

زد على ذلك أن الحليب ومشتقاته له أيضا مكانة مامة فى مجال علم الصحة الغذائى ، سواء بسبب قيمته الغذائية التى يؤكد عليها الأستاذ أو بسبب التدابير الصحية المتعددة التى تتخذ منه مادة لها ، وفى هذا الصدد ، فإن المؤلف - للأسف - لم يلمح لها ، باستثناء ما ذكره أغلى الحليب قبل تناوله من فائدة .

وبعد اللحوم بصفة عامة يتعرض المؤلف لفصل الثمار ثم الخضار ، فاصلا إياهما عن سابقيهما ، والذى يبرر جمعه لهما معا هو أصلهما النباتى ، وكونهما المصدر الرئيسى للفيتامينات أو الحيمينات بالنسبة للجسم . بيد أن التصنيف الذى تبناه عند تقديمهما - وهو تارة يجمعهما حسب وسط زراعتها ، وتارة أخرى حسب موسم جنيهما ، وطورا حسب خاصية مشتركة - بعيدا عن التصنيف العلمى الحديث ( أى جمعها حسب العائلات والأجناس ، والأنواع ) ، وهو دائما تصنيف عملى يقترب من الواقع اليومى ، ويبقى المثور عليه سهلا .

ثم ينتقل المؤلف الى استعراض التوابل أو بصفة أدق البهارات ، ذلك انه يضم إليها كلاً من البقدونس والخل .

هذه المنتجات التى ليست بحق غذائية ، لكن لها أهمية بالغة فى التغذية ؛ ذلك أنها - باضافتها على الأطعمة مذاقا - تثير الشهية وتيسر الهضم . . . . . والنكد الوحيد الذى يمكن توجيهه الى هذا الفصل هو أن زيت الزيتون - كما لاحظ المؤلف نفسه ذلك - غذاء بكل ما فى الكلمة من معنى وليس فقط من التوابل .

ويختم الأستاذ بمياه الشرب ( المشرحة فى جانب آخر نظرا لأهمية مذا

الفصل ( ، وبالألبان ومشتقاتها ) المشروحة في فصل المنتجات ذات الأصل الحيواني ) .

ويعد النظام الغذائي نقطة أخرى عملية في المقارنة ، ومن أجل تحديد صنف النظام الغذائي الموصى به في « المقرونية » تبدأ بالتنكير بمختلف كيميائيات التغذية المقبولة حديثاً .

إن علم التغذية الحديث ، باتخاذ - كقاعدة أساسية - الأشباع ( الكمى والكيفى ) بالمكونات الأساسية ( السكريات ، والدهنيات ، والبروتينات ) ، وكذلك بالفيتامينات ( أو الصمغيات والأملاح المعدنية ، والعناصر المعدنية ، الضرورية غير الأساسية ) ( Les oligo-éléments ) ، يعترف بوجود أنماط من الأنظمة الغذائية ، وذلك كالتالى :

حسب العادات الغذائية تميز بصفة رئيسية بين :

- النظام اللحمى ( المتنوع ) الذى يضم لحوم الحيوانات في التغذية ، والمتبنى عادة من طرف جميع الناس .

- الأنظمة النباتية التى تبعد اللحم عن التغذية ، إنها حالة النظام الذى لا يعتمد إلا لحوم الحيوانات ( النظام الببضى - الحلبى - النباتى ) ، وحالة النظام الذى يستبعد جميع منتجات الأصل الحيوانى كاللحم بصفة عامة والببض والحليب ومشتقاته ( النظام النباتى ) .

وهناك نظام هو وسط بين الصنفين السابقين ، ويرفض لحم الحيوانات والببض ، إلا أنه يضم الحليب ومشتقاته مؤمناً بهذا تلاماً تماماً للبروتينات الحيوانية .

حسب الحاجيات والظروف ، توجد نماذج تختلف باختلاف :

- العمر : فتغذية الوليد والرضيع في الواقع تختلف كلياً عن تغذية الشيخ .

- والنشاط : فالحاجيات الغذائية لعامل في اشغال شاقة فعلاً هي اكبر من حاجيات فرد عاى النشاط .

- والحالات المرضية : فمثلاً هناك نظام غذائى فيه تصور حريرى ( فيتامينى ) كمكاملة النسيئة ، وعصيم الملح هذه لفصممن المصاب بثوزن الأوعية الدموية ، وعدم السكر عند المريض بالسكرى ، وترك الأفضية الغنية بـ Purines عند المصاب بمرض الكلى ( l'Urémique ) .

ويرجع هذا إلى « الشقرونية » يمكن أن نقول - على ضوء ما سبق - أن كيفية التغذية المنصوص بها توافق النظام اللحمي ( المتنوع ) ، باستثناء لحم الخنزير والكحول لأميبيات هيشة ، وهذا - طبعاً - هو النظام الغذائي التقليدي المتبع لدينا .

وينبغي الاستئذان بالإضافة إلى ذلك مسائل مختلفة نذكر منها :

- نصائح غذائية حسب النشاط ( البيت رقم ٥٨ ) .

- ما يمكن أن يشبه نظاماً ناقص الملح ( البيت رقم ٢٢٠ - ٢٢١ ) ويتعلق أكثر بالانصباب الجنبي (l'épanchement pleural) وبالسعال الهائلي (Passeite (١).

- عدة تلميحات للأغذية المبينة ( الأرز ، الحمص ، ..... ) التي يظهر لنا ارتباطها باهتمامات جمالية . . وكل عصر قواعده ! .

أما المفهوم الحقيقي للنظام الغذائي المستخلص من الأرجوزة فعلاً ، فهو مختلف جداً ، ويتجاوز الوصف البسيط لـ « نظام لحمي » أو « نظام متنوع » ، ومن خلال المبادئ التي يحددها الطب العربي نفسه ، فإن لكل فرد - حسب طراز « الطبع » الذي ينتمي إليه - نظاماً خاصاً يضم الأغذية التي تناسبه ( حسب قاعدة توازن الأمزجة ) ، والمهارة بمهارة مع مراعاة توازن الأمزجة دائماً .

وثمة نقطة أخرى للمقارنة ، وهي دراسة بعض الخصائص الخاصة بالأغذية :

- بعض الخصائص للأغذية ، وتعترف بها الشقرونية ، وقد اكدها واستفادها العلم الحديث حالياً .

وسنبداً بالشعير الذي يقدم كعلاج ضد الامساك ( البيت رقم ١٥٥ ) في الواقع ، أن الدور المفيد للزروع ( القمح ، والشعير ، والذرة ..... ) في علاج « القبض » بالتخفيف منه ، عمل معترف به ، بفضل غناها بالميلولوز ( وذلك في النخالة ) ، أنها تلعب دور محفزات ميكانيكية للأمعاء أثناء النقل المعوي حيث تكسب الغائط كثافة . وتوجد حالياً اختصاصات غذائية تعتمد أساساً على القمح «Fibronson» «Action»

هناك غذاء آخر هو القروب الموصوف في ( البيت رقم ٢٥٢ ) كقابض ،

(١) السلي ، هو علامات اضطلال كهربائي عطلي .  
Passeite : des signes de désordre hydroelectrolytique

وهو معروف حاليا بفاعليته ، خاصة ضد الإسهال عند الرضيع ، إنه تأثير يعزى من جهة الى مادة البكتين والى دبغ العفص ، ومن جهة أخرى الى مواد مانانا جالاكتانيس (Mannanes and galactanes) الموجودة في الحبوب ( انظر جمال بلخضر في الطب التقليدى والسماى ) (O. SAHAR)

وتوجد أيضا اختصاصات صيدلية : « الخروية » و « خريون » ، ويمكن ان نقرن بهذا الأخير التفاح كقابض ( البيت رقم ٢٦٠ ) .

وهذه الخاصية التى تعود الى غناه بالبكتين ، تبرز وصفه كعلاج ضد اسهال الرضيع .

وبالنسبة لبعض الخصائص المتعلقة باغذية أخرى ، حاولنا اعطاء تعليقات علمية وذلك كالتالى :

— اغذية موصوفة بأن لها خاصية « تجديد الدم » أو « اشفاء الألوان » ( لقد اعتقدنا بإمكانية جمع هاتين الخاصيتين لسبب واحد : هو انتاج افضل للكرات الحمراء ) ، ويتعلق الأمر باتفاق الأرز وخبز القمح والتمر والبصل ، هذا الاتفاق الذى يتجلى فى نقطة مشتركة : هو غناها بعنصر اساسى فى ايض الخضاب الدموى : الحديد Fer

— بعض الاغذية الموصوفة كمثيرة للشهوة الجنسية مثل القمح وصفار البيض وماملها المشترك هو غناها بالحديد ( أو فيتامين B<sub>12</sub> ) ( المعروف كذلك تحت اسم « حيمين الاخصاب » فى حين أن دوره لم يحدد بالضبط بعد ٠٠٠ ) .

ولنسجل مع ذلك بالنسبة لمسألة الاغذية المثيرة للشهوة الجنسية ( اغذية ومستحضرات ) افتقار المؤلف للموضوعية أحيانا ، بل ان عدة صفات مقترحة « سرية وسحرية بعض الأشياء » ، كانت أحيانا خطيرة كالاستمضار الذى يضم الزبيب البرى أو ( حب الرأس ) ( بيت رقم ٥٣٧ ) .

وفى لائحة الاغذية التى يعرض بها المؤلف ، نجد الفول على رأس القائمة ، وقد ذكرنا الحاح الأستاذ فى ثمة هذا له — زيادة على مضمه البطرس — بمرض معروف تحت اسم « فافزم » Favisme ، يقوم على انحلال حاد فى الدم يحدث عند أفراد نوى قصور طبيعى فى مضم الفول ( بسبب عجز أنزيمى فى أفراد الانزيم المحلى للهيدروجين ، كلوكوز - ٦ - فوسفور ٠٠٠ ) .

وكذلك كان السكر مذموما فى مواضع متعددة عند الاستاذ الذى تحدث عن الحكمة ( وهى أحد الأعراض الممكنة لمرض السكر ) ، والناجمة عن الإفراط



في تناول التمر ( البيت رقم ٢٤٠ ) ، كما لم ينص من جهة أخرى الاشارة الى  
اضراره بالاستئناس .

الا ان القائمة طويلة ، وبالتالي لا يمكننا أن نستعرض كل ما قاله الأستاذ  
بالنسبة لكل غذاء على حدة : كمدح مجرر أو غير مجرر ، أو كتمريض خاطيء ،  
أو صائب ، أو اغفال شيء ما . ذلك أن مثل هذه الدراسة تتجاوز اطار عملنا  
الحاضر .

**ولانتهاء هذا البحث الخاص بعلم التغذية ، نسجل ملاحظات هامة :**

ما يتعلق بتأثير الطبخ على الأغذية .

— اذن القلى من اللحوم الذى اشير اليه مرتان في الشقرونية ( البيتان رقم ٩٩  
و ١٦٩ ) يضم الى رأى مؤلفين محدثين في أن الطبخ المطبوخة ضارة بالجسم  
ومسرطنة ( الموسوعة الحديثة في علم الصحة الغذائية لبيير (Le derer).

— الخاصية المعروفة في اتلاف الطبخ « للقوة المغذية » في الغذاء ( البيت  
رقم ١٤٧ ) يمكن أن تكون قريبة من مفهوم حديث في اتلاف الطبخ الحبيبات  
( أو الفيتامينات ) .

— ما يتعلق بتأثير الأغذية على تصرف الشخص ( الأبيات رقم ١٦٦ و ١٧٨ .  
و ٢٢٢ ) أنه من السهل أن نضيف اليه هذه الأطروحة — اذا ما ذكرنا أن العديد  
من المخدرات نباتية ، ودون أن نذهب بعيدا — اننا نستعمل يوميا في تغذيتنا  
النشأ والقهوة كمفريات مزاجية .

ولكن يشمل هذا الاستنتاج حتى الأغذية بحصر المعنى ، فليس هناك  
الا خطوة ، ولتأكيد ذلك يكفي ملاحظة التصرف الهادىء عند الحيوانات آكلة  
الأعشاب ، الشيء الذى لا يوجد عند الحيوانات المفترسة . . . . . ونستطيع في  
الغتام أن نتوج ذلك بالمثل القائل : « أنت تصبح كما تأكل » .

**ملاحظة تتعلق بمعطيات علم الفيزياء المرصى : Tu deviens ce que tu manges :**

إن الأمراض ، بصفة عامة ، تنقل كلها — حسب المبدأ نفسه في الطب  
العربى — الى اختلال في توازن المزاج ، وحسب المبدأ نفسه توصف بعض  
الأغذية في العلاج ، ومع ذلك ، فانه من الممكن أحيانا الاقتراب من بعض  
المعطيات وذلك كالتالى :

— بعض المعطيات التى تقترب كثيرا من المفهوم الحديث ، ولقد اُخترقا مثالين  
في هذا الموضوع :

يُشير شلال الوجه « اللقوة » الموصوفة عند الاستئذان بأن السبب فيها يعود الى البرد الزائد أو « ضربة البرد » .

يُشير الاستسقاء الذي له علاقة بالسقي ، وحسب مختلف المميزات التي أتت بها الشقرونية هو ناتج عن إصابة كبدية ( البيت رقم ٢٢٧ ) ، وعن عدم توافقه مع الأغذية المألحة ( البيت رقم ٢٢١ ) ، ويظهر أن له علاقة أكيدة بالسقي .الناتج عن تشمع الكبد .

— معطيات أخرى صعبة التأويل ، أنها حالة ظاهرة الانسداد « للسداد » ومقابلها الانفتاح « الانفتاح » في بعض الأعضاء ( الكبد والطحال ) ، ويظهر أن لها علاقة بظاهرة احتقان هذه الأعضاء .

— أما بالنسبة لأمراض أخرى ذات تسمية حديثة « كأمراض الكلى والكبد » ومثل البول ، وحصى الكلى .. الخ » .. فإن المؤلف لم يحددها ، ولم يزد على كيفية عمل الأغذية الموصوفة في علاج هذه الأمراض ، هذه الكيفية التي لم يعمل تأثيرها الناجح الا بهذا المسند البسيط : « قال الحكماء ..... » .

وفي النهاية ، تشير الى أن السمع يعتبر مرضا يمالج بصمغ شجر ( البيت رقم ٣٤٧ ) ، الشيء الذي يذكر بالدور المفيد للناتج عن عمل سن الضسبع كتصويده ( البيت رقم ٥٨٢ ) والمشار اليه في فصل علاجات الذكاء ، وهذا يعني الدخول في طب الشعوذة ، الا ان هذه المعطيات — لحسن الحظ — نادرة في « الشقرونية » .

وبالاعتماد على دراسة هذه النقاط للقليلة ، يمكن الاستنتاج بأن هذا العمل غني يشهد من جهة لأبن شقرون بمعرفة عميقة بالأغذية وخصائصها ، لكنه في الوقت نفسه ، وبكيفية موازية ، يظهر انه يحتوي على عدد من الثغرات التي يعكس بعضها حدود معارف هذه الفترة من تاريخ البشرية ( خصوصا الجهل بالمعضيات المجهرية المرضية ) ، وبعضها الآخر يحيط من شأن هذا الطب .

ولنذكر مرة ثانية انه لا يمكن تطبيق التحليل على ضوء المعلومات الحديثة على « الشقرونية » الا في حدود ، لأن هذا العمل يركز على مفهوم مغاير تماما .

ما يتعلق بمياه الشرب :

في هذا الفصل المتعلق بمياه الشرب ، استخلصنا أربع نقاط أساسية :

الخصائص الفيزيائية للمياه ، وتركيبها الكيميائي ، وأخطار الماء ( أو الأمراض المائية ) ، وبعض النصائح في علم التغذية .

يبدأ ابن شقرون بوصف الخزايا التي يجب تولفها في مياه الشرب ، فيذكر في هذا الصدد طعمه الذي يجب أن يكون حذبا ، ثم صفاءه وشفافيته .

ولكن نستكمل الحديث عن ماء الشرب فعلا ، ونجعله في شكل علمي مقبول ، فانه من الأنسب أن نضيف خاصيتين فيزيائيتين أخريين هما : انعدام الرائحة وانعدام اللون .

ويتطرق المؤلف ، فيما بعد ، لدراسة مختلف المياه حسب مصادرها ( المطر ، الأنهار ، المياه الجوفية ..... ) حيث يتعلق الأمر هنا عمليا بدراسة كيميائية للمياه .

وأفضل ماء يذكره المؤلف هو ماء المطر ، وذلك لأنه ينقأ مباشرة عن طريق تبخر مياه البحر ، أما عن ملاحظة « تلطف الماء بواسطة الهواء » فتعني كون ماء المطر يصبح حذبا بالغاز أثناء اجتيازه للغلاف الجوي . والنقص الوحيد الذي نذكره بصدد ماء المطر هو إفتقاره إلى الأملاح المعدنية التي يعوضها هند إحتلاله بالتربة .

أما مياه الأنهار فيصفها بأنهار « قائمة مقام غذاء » ، وهذه الملاحظة - في نظرنا - تتصل بما قاله المؤلف في نهاية هذا الفصل ، أي ما يتعلق بتأثير أثرية مجارى المياه على جودة ( تركيب ) المياه ، وهكذا فإن وصف « مقام غذاء » يعود لغناها بالعناصر الكيميائية الضرورية (Les oligo-éléments) وانحد هذا يأنه إذا كان الرصاص (Plomb) جد مضموم من قبل المؤلف ( نعلم حاليا مفعوله التسممي داخل المعدة ، أو ما يعرف بالتسمم الرصاصي ) ، فإن الحديد (Fer) - بالمقابل ، وخلافا لما تقدم في الأرجوزة - عنصر غير مرقوب فيه ، ومادة يجب إبعادها بشكل تلقائي في المصالجة الحديثة للمياه الموزعة .  
وإنما في إطار التركيب الكيميائي للمياه ، وبما يتعلق بالتجربة ( البيتان رقم ٤٧٩ و ٤٨٢ ) التي تسمح بمقارنة « وزن » ماعين ، فإننا لا نرى الفائدة العملية من هذا المعطى ، كما أن أي عمل مختص لم يشر إلى ذلك بيد أنه يمكن أن يقترب من مفهوم فصلية ماء ، وهي خاصية تنل على ماء ذى محتوى يقل أو أكثر من الأملاح الكلسية والمغنيزية .

والنقطة الثالثة في النقاش هي دراسة الأمراض التي يتسبب فيها الماء ، وهي ما يعبر عنه بالمصطلح الحديث : « ميكروبيولوجية » المياه .

ونرى في هذا الموضوع بالذات - رقم وسائل البحث المحدودة في تلك الفترة - أن هنالك حنسا ما . أما من ناحية وجود أمراض ينقلها الماء ، فإننا في الواقع نعرف حاليا أن الماء يمكن أن ينقل العديد من الالتهابات ، سواء منها

التطلية (مرض الليهارسيا ، وداء الديسكوماموزيا والفيلاريوزيا .. الخ أو البكتيرية ، التيفويد ، الديسنتيريا ، الكوليرا .. الخ ) ، أما أدانة المؤلف لـ « ماء الغدير الراكد » فهو معمل تحليل صحيحاً .

والفقرة التي تحرم شرب الماء المخبزون لها ارتباط بهذه المعطيات « الميكروبيولوجية » ، فماء غير معقم هو فعلاً ماء « قابل للتعفن بعد بضعة أيام بسبب تكاثر المتعضيات ( أو الأحياء ) الدقيقة التي تحتوى عليها في الأصل ، ويمكن أن يتسبب في اضطرابات متنوعة تزيد أو تنقص خطورتها حسب طبيعة هذه الجراثيم وخصاوتها » .

وهذا يرتبط أخيراً - في نهاية الفصل - بحظر شرب الماء خلال فترات انتشار الأوبئة .

ولأسف فالمؤلف لم يمتد أية فكرة عن طريق التخفيف من هذه الأضرار ( غلى الماء مثلاً ... ) ، مع أنه في فصل الأسفار يذكر مستحضراً يضاف إلى مياه الشرب ، وهذا يطابق كثيراً وسيلة من وسائل تطهير ماء مشكوك فيه ( قارن ذلك بما ورد في التعليق على هذا الفصل ) .

واستنتاجاً من دراسة هذه النقط الثلاث المتعلقة بالميزات الفيزيائية والكيميائية والميكروبيولوجية لمياه الشرب ، يمكن القول بأن المؤلف ألم بالمشكل ، وهذه - هنا - هي المعايير الثلاثة المقبولة اليوم في دراسة المياه .

وهناك ملاحظة تتعلق بأفضلية « الماء الجارى صوب المشرق » ، فلكي نفهم ذلك علينا أن نتذكر ظاهرة التنقية الذاتية في الأنهار ، وبالفعل « فعلى بعد متبعة كيلو مترات من سافلة النهر ، حيث يصب الماء الوسخ ( عند مفرج قرية ما مثلاً ) تسترجع المياه الجارية نقاوتها ، وهذا يتم بفضل الفاعليات المتناسقة المضادة للتعفن ، لكل من الشمس وعملية الخض والأكسجين » ( الموسوعة الطبية Quillet ) . وهكذا فإن مجرى الماء في اتجاه شروق الشمس ، والذي يمثل مساحة تماس كبيرة بالأشعة الشمسية ، يشكل بالفعل مجالاً لأفضل تطهير .

وأخيراً يفهم المؤلف بنضيجة في علم التقذية تتعلق بالتحذير من شرب الماء خلال الأكل أو بعده مباشرة ، وهذا يعطى كونه الماء يمدد الفسارات الهاضمة ، وبالتالي يعاكس الهضم .

وختاماً ، لننقل لنذكر بالبرغم مما يحتوى عليه هذا الفصل من ثغرات صغيرة ، وليس هناك شك في أن الأمن يتعلق بنزاهة اختصاصي .

## ما يتعلق باللباس الصحى :

نقدم أولا وجهة النظر التقليدية ( وجهة نظر الأرجوزة ) ، ثم وجهة النظر الحديثة ، ثم نأهى بمقارنة بعض المعطيات .

### خلال هذا الفصل نرى :

— من جهة شمول مبدأ العناصر للنسجة والألبسة الممكن تكيفها مع « طابع » الأفراد للمحافظة على توازن « المزاج » والوقاية من المرض .

— من جهة ثانية ، وإلى جانب هذا الدور الوقائى ، هناك دور علاجى خاص بالكساء ، سواء ضد أمراض خارجية ( كأمراض الطفيليات الجلدية ٠٠٠ ) ، أو ضد أمراض باطنية عصبية ، وأخرى غير عصبية ، أن هذه المعطيات كانت تستحق فى الواقع الخضوع للتجربة .

أن علم الصحة الحديث يهتم هو أيضا بالكساء ويحفظ له مكانته ، إلا أن له اهتماماته ومعاييره التى تختلف عن غيرها .

أن الكساء — حسب هذا المفهوم — يلعب فى الأساس دورا وقائيا ، وذلك بحفظه الجسم ( من البرودة والحرارة والرطوبة ميكانيكيا ) ، بشرط ألا يخل بوظائف الجلد ( التبخر ، التنفس ، طرح الإفرازات ٠٠٠ ) .

أن خاصية حفظ الجسم من البرودة ، متعلقة بنسبة الهواء المنتشر وسط النسيج المفصل كساء ، فأكثرها احتواء على الهواء أفضلها حفظا للجسم ، وهكذا فالأقمشة الصوفية تمثل أفضل كساء شتوى لاحتوائها على ٩٥٪ من الهواء .

أما حفظ الجسم من الحرارة فيتم بفضل الأقمشة تسمح بتبخر أفضل فى الجلد . ويتعلق الأمر بأنسجة جد نفاذة للهواء ، كما هو الحال فى القطن والكتان اللذين يتكيفان مع الصيف ، وهنا يتدخل اللون أيضا لاجبا بدوره ، فالألوان الفاتحة هى أكثر حفظا من أشعة الشمس .

أما حفظ الجسم من الرطوبة فيتم تأمينه عن طريق الأنسجة غير النفاذة .

وأخيرا تمثل الأحدثى وطريقة تصفيف الشعر جزءا من الكساء يجب أن تتكيف حسب الظروف .

مما سلف يمكننا عمليا تسجيل بضع نقاط مشتركة ، فالصوف المصنف

« ساخناً » في « الأرجوزة » يعد حلقاً - حسب النظرية الحديثة - لياًماً شتوياً ،  
والكتان الموصوف « بالبارد » في المفهوم التقليدي يعد كساء صيف حسب المفهوم  
الحديث . . . والثلاثين الوحيد هو المتعلق بالقطن الذي يشكل - حسب النظرية  
الحديثة - وقاية من الحرارة .

ومن ذلك ، فلننكر مرة أخرى بأن تباعد المفهومين يعد من تحليل أحدهما  
للآخر ، وأخيراً يمكن أن يكتمل بالدور العلاجي الخاص باللبسة في المفهوم  
التقليدي .

### ما يتعلق بتهوية المساكن :

في هذا الفصل القصير المعنون « بتهوية المساكن » يبرز المؤلف نقاطاً  
هامة مختلفة متعلقة بصحة المسكن : تكييف الهواء ، والتهوية بحصر المعنى ،  
والمناخية التي هي مجال أصيل .

إن تكييف هواء المساكن من أكثر اهتمامات المؤلف ، هو يبدو من جهة  
كانه همه الأول : وإن الوسيلة الوحيدة المقترحة في أيامنا هذه هي استعمال  
أجهزة تفتت الهواء أو تبريده ، وليس من المفيد سرد الامكانات العديدة التي  
تقدمها التقنية الحديثة في هذا المضمار .

إن أصالة المؤلف تعود الى اقتراحه حلاً بسيطاً وهو تكييف معماري بسيط  
( أبواب واسعة ، وفتحات ضيقة . . . الخ ) .

ويظهر إذن أن الشغل الشاغل للمؤلف هو مكافحة الحرارة ، الشيء الذي  
يفسر بسهولة لو وضع المؤلف في سياقه الجغرافي ( منطقة فاس - مكناس ذات  
المناخ القاري والصيف القاسي الشديد ) .

وإذا كان المؤلف لا يتكلم عن وسائل التفتت ، ولا عن وسائل التبريد ولو  
كانت متواضعة ، فإن ذلك - في رأينا - من أجل تأكيد إمكانات الفن المعماري  
الشيء الذي ينكرنا بالبيت المغربي التقليدي التكيف تماماً مع المناخ المحلي  
( هذا البيت ذو النوافذ الصغيرة المشرفة على الخارج ، والغرف الواسعة  
المفتوحة على فناء داخلي ) .

أما ما يتعلق بالتهوية بحصر المعنى ، فالمؤلف لا يلمح إليها إلا مرة واحدة ،  
وذلك عندما يتكلم عن الخيام ( البيت رقم ٦١٩ ) حيث يقول : « الهواء لا يحتقن ،  
من أجل هذا برئت من العفن » .

نحن نعلم حقا أن الهواء الراكد داخل غرفة مسكونة يصيبه فساد بفعل :

— تنفس ساكنيها الذي يرفع من نسبة ثاني أكسيد الفحم  $CO^2$  ، وهذا ما يجعل الهواء شيئًا فشيئًا غير قابل للتنفس ( نسبة الهواء النقي المناسبة في حجرة هي ٢٠ في الألف ) ، ويرفع أيضا نسبة رطوبة هواء الغرفة ودرجة حرارتها مخلا بالمبالغات الجلبية .

— الظواهر الطبيعية الأخرى مثل افراز العرق ، وخروج الغازات المعوية التي تحمل الهواء مادة طيارة ويخار الماء .

— ومن اسباب التلوث الأخرى القبار وأجهزة الانارة والتدفئة ( قد تطلق هذه الأخيرة غازات قاتلة كأول أكسيد الفحم  $CO$  الخ ) .

كل هذه العوامل تبرر استعمال ابن شقرون مصطلح « تعفن الهواء » .

بيد أن الوسيلة الوحيدة التي يذكرها هي العيش تحت الخيام ، في حين توجد حاليا وسائل لتغيير هواء الغرف ، ونظريا يجب أن يتوفر مصدر لهواء نقي الى جانب فوهة عالية لطرح الهواء القاصد ( على علو يبلغ ثلثي الجدار ) ، هذا الهواء الذي يتصاعد لأنه أسخن من الهواء البارد ، وتغيير الهواء يجب أن يحدث بسرعة تحدده هكذا ٥٠ / ٥  $Optium\ de\ Om$

وتتوافر علينا تقنيات عديدة تزيد أو تنقص تكلفا عن بعضها ( فتحات خاصة ، مدافئ خاصة .. بالنسبة للشقق توجد شبكات ناقلية لهواء مكيف ... ) .

فيما يتعلق بالمناخية والتي هي « مجموع المعايير والاستنباطات المستخلصة من دراسة المناخ بغية تطبيقها على الصحة وفي علاج الأمراض » ( لاروس ) ، فإن المؤلف يتكلم عنها كاحدى الاهتمامات اليومية التي يجب أن تكون محل اعتبار عند اختيار موقع السكن ، وطريقة تعريضه للشمس .

### هناك نقطتان كثيران الالتباه :

— مزايا المرتفعات حيث يكون الهواء فعلا نقياً .

— التعرض لمختلف الرياح حسب الحاجة ، وفي هذا الصدد نلاحظ مرة أخرى شمول مبدأ العناصر للرياح .

ورغم اهمال الحياة الصحية لهذا العلم قليلا ، فإنه موجود ، وقد أثبت قيمته خاصة في ميدان العلاج ، ولنذكر على سبيل المثال :

— الاستشفاء في المرتفعات بالنسبة للمصابين بداء الربو وبالسعال الديكي ،  
والمصابين بالالتهاب الشعبي .

— الاستشفاء الشمسي في المرتفعات للمصابين بداء الملص في المصحات  
القديمة .

وليست هذه — كما ذكرنا ذلك من قبل — إلا بضعة نقاط تتعلق بصحة المساكن ،  
ولهذا الميدان في الواقع اهتمامات أخرى هامة لم يتطرق إليها المؤلف ، مثل  
حالات :

— الشمس ( المعروف بدوره التطهيري حاليا ، وكذلك يكونه يسمح للأشعة  
فوق البنفسجية بالمساهمة في تخليق الحيمين « الفيتامين D في الجسم » ) .  
— محاربة الرطوبة ( لانتفاء الإصابة ببعض الأمراض كالسل مثلا ) .

... نظافة المنشآت الصحية والنظافة على نحو عام ، غير أننا لا يمكن أن  
نلوم ابن شقرون ، الذي أراد أن يحصر موضوعه في بضعة نقاط خاصة .

وفي هذا الفصل بين المؤلف كيف يمكن تكييف المساكن حسب الحاجات  
البشرية ، وذلك باختيار بسيط لمصارتها وموقعها وطريقة عرضها . ومع ذلك  
فلكن نعطي لهذا الكلام قيمته الحققة ، ولنضمونه مكانته ، يجب أن لا ننسى ،  
القيمة الزمنية ، والموقع الجغرافي .

ما يتعلق بصحة المسافر :

بعد الحديث عن الصحة الغذائية وصحة الملابس وصحة المساكن ، يتعرض  
الأستاذ ابن شقرون لصحة المسافر ، وذلك لكن يكون عمله تاما ، ولنسجل بأن  
هذا المجال قد أخذ بعين الاعتبار حديثا ، ضمن القضايا التي اهتم بها علم  
الصحة ، وذلك لأن للمسافر مضطر فعلا إلى تغيير طريقة حياته العادية ، وإلى  
التعرض لظروف خارجية خاصة قابلة للأحماق للضرر بصحته .

وإن الذي يجعل المقارنة بالمعارف الحديثة محدودة عمليا هو أن العرض الذي  
قدمه الأستاذ أصيل من الحقائق :

— الأولى تعود إلى طريقة السفر الخاصة في ذلك الوقت ( المشي ، استعمال  
الدواب ... ) وهذا يتطلب الكثير من طرف المسافر ، من ذلك مجابية المناخ ،  
واختيار المونة . وبالنسبة للنقطة الأولى تغيرت الشروط فتغيرت معها الاحتياطات  
والتدابير الصحية ، وهكذا تحققت الرفاهية مثلا في الأسفار الجوية ، وأصبحت



السرعة والارتفاع في الجو والامتزازات هي مصدر الأضرار التي يحاط منها ،  
لكن المؤلف يذكر نقطة أخرى مثارة حاليا ألا وهي « نوار البحر ، حيث ينصح  
باستعمال اللينيات ( أو المسهلات ) للوقاية منه ، ويسمح في « دوار الأسفار »  
بصفة عامة حيث تتناول - للوقاية منه قبل السفر - مركبات تدعى ضد هستامينات  
Antihistaminiques de Synthèse التمثيل

- أما الثانية - وهي تمثل إحدى اهتمامات المؤلف الرئيسية ، وكما يبدو  
ذلك واضحا طوال مؤلفه ( الشقرونية ) - فهي المحافظة على توازن المزاج عند  
المسافر الذي هو أكثر تعرضا - على الدوام - لأضرار خارجية ( مناخية وغير  
مناخية ... ) ومن أجل هذه الغاية ، يذكر الأستاذ مختلف المنتجات والأغذية  
البرودة والرطبة والمنفذة حسب الحاجة ٠٠ فيما يتعلق بهذه النقطة الثانية ، فإنه  
ليس هناك جدال ممكن نظرا لانتماها إلى ميلا الطب العربي نفسه .

ورغم ذلك فإن هناك بعض النقاط التي يمكن مقارنتها مازالت مسارية  
المفعول في حالة السفر الطويل كالاستمالة بصيدلية صغيرة حاوية لمواد ذات  
احتياج أولى .

أضف إلى ذلك أن الأرجوزة أشارت إلى بعض المنتجات الوقائية التي يوجد  
ما يقابلها حديثا ، كـ بعض المستحضرات الخاصة لحماية الوجه من أشعة الشمس  
( الأبيات ٦٣١ و ٦٣٢ و ٦٣٣ ) حيث تذكر بالمرام الشمسية أو بمستحضرات  
أخرى ( البيتان ٦٥٧ و ٦٥٨ ) تذكر بمرام محولة ( مستعملة غالبا ضد  
البعوض ) وينصح بها هنا للوقاية ضد القمل ، وأخيرا هذه المستحضرات الأخرى  
التي تضاف إلى مياه الشرب ( الأبيات ٦٥٣ و ٦٥٤ و ٦٥٥ ) ، ويصفها المؤلف  
من أجل تنقية الهواء المحيط بالإنسان ، إلا أن استعمالها يمكن أن يكون مزدوجا  
نظرا لعناصرها المركبة لها ( الثوم ، البصل ، الخل ٠٠٠ ) ، أنه شبيه جدا  
بمستحضر ضد التعفن النعوى ، ويبرز استعماله تثيرا كافيا لو تذكرنا أخطار  
المياه خصوصا في تلك الفترة من الزمن .

وعكذا ، ويمرعاة الحقبة الزمنية التي تم فيها هذا الانتاج ، وتمرعاة  
مضمونه الطبى فإنه يمكن - مرة أخرى - تقدير شئ هذا الفصل .



## خلاصة

وأخيرا ، أدى بنا هذا العمل الى اعطاء خلاصة عن الأرجوزة الشقرونية نفسها ، وعن مؤلفها من جهة ، وعن القاعدة التي استند إليها وهي الطب العربي من جهة أخرى .

وقبل أن نسبر غور « الشقرونية » ونفوس في أعماقها ، بدأنا أولا بإيضاح أسسها ، والرجوع الى مصانيرها ، وهذا ما سمح لنا باكتشاف الطب العربي ، إذ هو - من حيث ميادئه الأساسية - يعد أرتا من الطب اليوناني القديم الذي أعيد اكتشافه من جديد - ن قبل المسلمين عند فتحهم للبلاد والذي كان متكيفا مع حاجياتهم ، ومتاثرا بعقريتهم الخاصة ، وبذلك ارتقى الى مرتبة الطب الرسمي عبر العائم خلال قرون ، قبل أن تعرف الامبراطورية الإسلامية - شيئا قشينا ، ويصفه موازية - الانحطاط ، وكان ذلك منذ القرن الثالث عشر ، ومن جهة أخرى ، لنسجل - كدليل على الصلة الواهية بين هذا الطب وبين الاسلام - أن أسلوب التأليف في « الشقرونية » يبدأ وينتهي بحمد الله .

بفضل هذا المؤلف الموثق من مخطوطات محفوظة جيدا ، ومن طباعة حجرية ، وكذلك من خلال كتابات مؤرخين مشهورين قديما ومحدثين ، يقدم لنا الطبيب عبد القادر بن شقرون أحد الدلائل الحديثة على هذا الطلب ، وهو جدير بحمل هذا اللقب .

والمؤلف - وهو مكتوب بأسلوب جميل وسهل ، على بحر الرجز من أجل غايات تعليمية - يستحق فوق كل ذلك أن يكون دراسة حقيقية للصمة التي تتطلب استعمال جميع عناصر الوسط الخارجي ( أغنية ، والبسة ، وممكن ، ومناخ ) حتى تضمن للإنسان توازنه الفيزيائي ، وفي هذا أئصدد يبين الأستاذ كيف يمكن الحصول على القسم الأوفر من هذه العناصر ، كل ذلك في توافق مع السياق الجغرافي والامكانات التقنية في عصره .

ومكذا يبدأ الكاتب مؤلفه بفصل تام للتقليدية ، حيث ينكر فى ثناياه دراسة أكثر من خمسين منتجاً نباتياً ( فواكه وخضرا ) ، بعضها ذو نوعية مغربية ، وأكثر من عشرين صنفاً من أطباق الأطلعمة ومن الحلويات ، أغلبها ما زال يصنع فى أيامنا هذه ( وقد حددنا بنقطة بعض التوابل فى المعجم ) ، وبصفة عامة ، فإنه يبين الدور الأساسى الذى تلعبه التقليدية فى صحة الفرد .

وأتى بعد هذا الأخير فصل المثيس الصحية ، حيث جعلنا الأستاذ نكتشف - من خلال دراسة الأنسجة الطبيعية - بضع خصائص غير مشكوك فيها تتعلق بالملايس ، سواء كانت وقائية أو علاجية .

ويذكر المؤلف بعد ذلك دراسة صحة المساكن ، حيث يبين من خلالها ، كيف يمكن الاستفادة - الى حد كبير - من التكيف البسيط مع المعمار والمواقع وطريقة العرض حتى يلبي حاجات الانسان .

وأخيراً ، ولكى يختم المؤلف مجال الصحة ، يعرض لوضع نقاط حول صحة المسافرين ، وهذه الدراسة لها أهميتها اذا وضعت فى سياقها .

وقد استطعنا ان نكتشف - فى هذا الفصل - بعض الأدوية الطبيعية التى توجد فى الطب العربى بصفة عامة ، والطب المغربى بصفة خاصة ، وكرتينا فصوله القصيرة للخاصة بالمعالج الذى يقدمه الناس البسطاء ( وقد وردت دراسة فى المعجم لتحديد التسمية اللاتينية كمثال ) .

ولم نستطع بالفعل - نظراً لثغرى هذا المؤلف - أن نقوم بتحليل تام لكل المعطيات ، ومع ذلك فلنذكر ، بصفة عامة ، أن « الشقرونية » اعتمدت على مبدأ الطب اليونانى القديم ، وهذا المبدأ يركز على أن كل مادة مكونة من عناصر أربعة ( وضمن ذلك جسم الانسان ) ، ويطلب بأحداث التوازن بين هذه المركبات حتى يضمن الصحة للجسم .

ومن هنا وصفت الأغذية ، وحدد النظام الغذائى ، وتم تحديد شكل اللباس ، وعلى هذا الأساس أيضاً وصفت الأدوية للعلاج .

وهكذا ، ولكى نكون فى مستوى تقييم الدقة العلمية التى برهن عليها ابن شقرون فعلاً - طوال مؤلفه - يتبقى جيداً أخذ هذا البنىء الأساسى بعين الاعتبار : هذه النقطة تجعل إمكانات تحليل المؤلف مصنودة من جهة ، وكذلك

مقارنته بأساس المعارف الحديثة ، لكنه رغم كل ذلك يتشبث - فى التطبيق العلمى - بنقاط للمناقشة ، سمحت لنا باستخلاص ما يلى :

- إذا كانت بعض المظاهر تعلن علما حديثا ، كما هى الحال فى مجال الكيمياء ، وذلك فى الفصل الهام الخاص بمياه الشرب مثلا •

- وإذا كانت بعض المعطيات ما زالت معروفة ومعمولا بها حتى أيامنا هذه ، كما هى الحال بالنسبة للمضامين العلاجية المعروفة عند بعض النباتات •

- وتوجد أيضا ثغرات يرتبط بعضها بالمعارف المحدودة الخاصة بهذه الفقرة من تاريخ الانسانية ( جهل الأحياء الدقيقة مثلا ) ، ويرتبط بعضها الآخر بانحطاط هذا الطب نفسه ، وكان انحطاطا حقيقيا زمن تأليف هذا الكتاب ، ويتجلى فى بعض الأحكام الذاتية ، وبعض الفترات التى كانت زائدة - لمسن الحظ - فى « الشقرونية » ، والتى تدخل بعض المفاهيم السحرية والخرافية فى الطب ، وهذا ما سيقرده شيئا فشيئا إلى مرتبة الطب التقليدى •

هذا المؤلف بين - وذلك استنتاج نهائى - الأهمية التى أولاها هذا الطب للصحة بمفهومها الواسع ، ورغم قصور « الشقرونية » فإن لها الفضل فى فتح نافذة على الطب العربى من حيث مبادئه وأستدلالاته واهتماماته •

وهذا المظهر - سمح لنا - بمقارنة « الشقرونية » بالطب الشرقى ( العلاج بوخز الإبر ) (acupuncture) الذى يعتمد هو الآخر على عناصر الطبيعة الأريمة ، والذى يهتف إلى أحداث توازن ما ، هذا التوازن بين « الين » و « ائيج » ، وهكذا ، بشكل مواز ، وبالنظر إلى تجديد الأهمية التى يمرقها هذا الطب بالبلاد العربية فى أيامنا هذه ، فإنه لا يمكن إستثناء الطب العربى من أن يعرف - هو أيضا - معاصرة من شأنها أن ترد له أعباره •



مطابع الهيئة المصرية العامة للكتاب ٢٧٤٢/٣٢٠٠/١٩٨٢

رقم الايداع ١٩٨٤/٢٠١١

٤٠ - ٢٩٥ - ٠١ - ٩٧٧

الحضرة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الحمد لله العليم الحكيم

المنى البعث من المصايد  
بجانب منقح إلى يا أحمد

ارسلنا النور في انفسهم  
والجمع من غير الشك

تمت في شهر ربيع الثاني سنة ١٢٨٥  
بمدينة القاهرة

6-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43-44-45-46-47-48-49-50-51-52-53-54-55-56-57-58-59-60-61-62-63-64-65-66-67-68-69-70-71-72-73-74-75-76-77-78-79-80-81-82-83-84-85-86-87-88-89-90-91-92-93-94-95-96-97-98-99-100-101-102-103-104-105-106-107-108-109-110-111-112-113-114-115-116-117-118-119-120-121-122-123-124-125-126-127-128-129-130-131-132-133-134-135-136-137-138-139-140-141-142-143-144-145-146-147-148-149-150-151-152-153-154-155-156-157-158-159-160-161-162-163-164-165-166-167-168-169-170-171-172-173-174-175-176-177-178-179-180-181-182-183-184-185-186-187-188-189-190-191-192-193-194-195-196-197-198-199-200-201-202-203-204-205-206-207-208-209-210-211-212-213-214-215-216-217-218-219-220-221-222-223-224-225-226-227-228-229-230-231-232-233-234-235-236-237-238-239-240-241-242-243-244-245-246-247-248-249-250-251-252-253-254-255-256-257-258-259-260-261-262-263-264-265-266-267-268-269-270-271-272-273-274-275-276-277-278-279-280-281-282-283-284-285-286-287-288-289-290-291-292-293-294-295-296-297-298-299-300-301-302-303-304-305-306-307-308-309-310-311-312-313-314-315-316-317-318-319-320-321-322-323-324-325-326-327-328-329-330-331-332-333-334-335-336-337-338-339-340-341-342-343-344-345-346-347-348-349-350-351-352-353-354-355-356-357-358-359-360-361-362-363-364-365-366-367-368-369-370-371-372-373-374-375-376-377-378-379-380-381-382-383-384-385-386-387-388-389-390-391-392-393-394-395-396-397-398-399-400-401-402-403-404-405-406-407-408-409-410-411-412-413-414-415-416-417-418-419-420-421-422-423-424-425-426-427-428-429-430-431-432-433-434-435-436-437-438-439-440-441-442-443-444-445-446-447-448-449-450-451-452-453-454-455-456-457-458-459-460-461-462-463-464-465-466-467-468-469-470-471-472-473-474-475-476-477-478-479-480-481-482-483-484-485-486-487-488-489-490-491-492-493-494-495-496-497-498-499-500-501-502-503-504-505-506-507-508-509-510-511-512-513-514-515-516-517-518-519-520-521-522-523-524-525-526-527-528-529-530-531-532-533-534-535-536-537-538-539-540-541-542-543-544-545-546-547-548-549-550-551-552-553-554-555-556-557-558-559-560-561-562-563-564-565-566-567-568-569-570-571-572-573-574-575-576-577-578-579-580-581-582-583-584-585-586-587-588-589-590-591-592-593-594-595-596-597-598-599-600-601-602-603-604-605-606-607-608-609-610-611-612-613-614-615-616-617-618-619-620-621-622-623-624-625-626-627-628-629-630-631-632-633-634-635-636-637-638-639-640-641-642-643-644-645-646-647-648-649-650-651-652-653-654-655-656-657-658-659-660-661-662-663-664-665-666-667-668-669-670-671-672-673-674-675-676-677-678-679-680-681-682-683-684-685-686-687-688-689-690-691-692-693-694-695-696-697-698-699-700-701-702-703-704-705-706-707-708-709-710-711-712-713-714-715-716-717-718-719-720-721-722-723-724-725-726-727-728-729-730-731-732-733-734-735-736-737-738-739-740-741-742-743-744-745-746-747-748-749-750-751-752-753-754-755-756-757-758-759-760-761-762-763-764-765-766-767-768-769-770-771-772-773-774-775-776-777-778-779-780-781-782-783-784-785-786-787-788-789-790-791-792-793-794-795-796-797-798-799-800-801-802-803-804-805-806-807-808-809-810-811-812-813-814-815-816-817-818-819-820-821-822-823-824-825-826-827-828-829-830-831-832-833-834-835-836-837-838-839-840-841-842-843-844-845-846-847-848-849-850-851-852-853-854-855-856-857-858-859-860-861-862-863-864-865-866-867-868-869-870-871-872-873-874-875-876-877-878-879-880-881-882-883-884-885-886-887-888-889-890-891-892-893-894-895-896-897-898-899-900-901-902-903-904-905-906-907-908-909-910-911-912-913-914-915-916-917-918-919-920-921-922-923-924-925-926-927-928-929-930-931-932-933-934-935-936-937-938-939-940-941-942-943-944-945-946-947-948-949-950-951-952-953-954-955-956-957-958-959-960-961-962-963-964-965-966-967-968-969-970-971-972-973-974-975-976-977-978-979-980-981-982-983-984-985-986-987-988-989-990-991-992-993-994-995-996-997-998-999-1000-1001-1002-1003-1004-1005-1006-1007-1008-1009-1010-1011-1012-1013-1014-1015-1016-1017-1018-1019-1020-1021-1022-1023-1024-1025-1026-1027-1028-1029-1030-1031-1032-1033-1034-1035-1036-1037-1038-1039-1040-1041-1042-1043-1044-

الحمد لله الذي جعلنا من هذه  
التي هي نورنا في هذا العالم

مجلسه اول

مفتي اعظم مصر

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «مَنْ كَانَتْ لَهُ حَقٌّ عَلَى النَّاسِ فَلْيَسْأَلْهُمْ عَنْهُ»

[illegible]

وَتَبَيَّنَ الْإِسْلَامُ خَيْرَ دِينٍ  
مِلَّةِ الْإِسْلَامِ فِي الْبَنَاتِ

بسم الله الرحمن الرحيم  
الحمد لله رب العالمين  
والصلاة والسلام على  
سيد المرسلين  
وآله الطيبين الطاهرين  
الطاهرين

السلامة والنجاة

الذين كانوا في القلوب  
معتزلة عما في القلوب

بشرط ان لا يترتب عليه اضرار  
للمصلحة العامة

الحمد لله الذي جعل في كل شيء  
لنا حكمة وعلما

وَأَمَّا حَتَّى يَنْتَهِي إِلَيْنَا  
فَتُحْمَلُ إِلَى الْغُرَّةِ الْمُتْرَقَةِ

تبرکات و توفیق و توفیق و توفیق

عن أبي بصير عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: من عصى الله فمعد.









يُضَاهِيهِ الْبَاطِلُ	وَيُضَاهِيهِ الْبَاطِلُ	كَانَ زَيْدًا يَتَّقِي	تَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ
أَيْضًا وَهُوَ	وَكَاغْتَرِ الْبَاطِلُ	أَيْضًا أَنْ يَتَّقِي	جَسَدُهُمَا أَيْضًا
لَوْ كَانَ خَلْقًا	وَنَافِعًا وَنَافِعًا	كَهَيِّئِ الْقَائِلُ	وَكَيْفَ يَأْتِي
مِنْ شَيْءٍ لَمْ يَكُنْ	مَا كُنْ مَا يَكُنْ	أَيْضًا وَدَلِيلُ	بِالْمَقْصِدِ وَكَيْفَ
وَأَيْضًا خَيْرٌ	أَهْلُ الْبَيْتِ	وَلَوْ تَبَيَّنَتْ	بَعِيدًا وَكَلْبًا
أَيْضًا - ر	وَأَيْضًا	أَيْضًا	مَنْ أَيْضًا

يَكُونُ اللَّهُ وَمِنْ بَيْنِهِ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ وَكَيْفَ يَأْتِي  
 أَيْضًا الْمَرْبُ أَيْضًا الْأَخْيَرُ الْأَرْبَعُ رَحْمَةً  
 أَيْضًا أَيْضًا وَهُوَ الْأَرْبَعُ أَيْضًا أَيْضًا  
 قَدْ أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا  
 أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا  
 أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا أَيْضًا







[illegible][illegible]













[illegible]



## TRANSCRIPTION

- ثم الصلاة والسلام ما بدا يرقى ويرقى مرتعا قطر النداء 671.  
على رسول الله صفوة البشر من نوره العوالم انتشر 672.  
ومن مما فوق السماوات العلا ويات فردا لا يسا لسنى الحلا 673.  
اذ نعمته الرسل الكرام عليهم الصلاة والسلام 674.

انتهى والحمد لله بلا منتهى والحمد لله

وكفى وسلام على عباده الذين اصطفى

والحمد لله رب العالمين

## TRADUCTION

656. Munis toi également de cinabre ou de mercure pour éliminer les poux des vêtements;
657. piles un peu de staphisaigre et enduis-en le corps.
658. après t'être enduit d'huile de noix, pour te prévenir des poux.
659. enfin, il n'y a pas de mal à boire du vinaigre car cela ne peut faire que du bien.
660. Continues ainsi durant tout le voyage jusqu'à obtenir un tempérament parfait.
- 

LE PROFESSEUR TERMINE SON OEUVRE

PAR L'ELOGE DE SON ELEVE ...



## TRANSCRIPTION

656. فى ثوبه لقتل قمل يتقى واحمل من الزنجفور أو خذ زئبقا  
 657. وأهلك به فديتك الجسموما دق زبيب الجبيل المعلوما  
 658. تمز نواء القمل أى حوز من بعد فمره بدمن الجوز  
 659. تثول عقباه الى السلامة والخل أن يشرب فلا ملامة  
 660. حتى ترى المزاج منه قد كمل وأصلك به فى سيره هذا العمل  
 661. يا من ربي بأكرم المعادن فهأكلها يا مفرد الحامضين  
 662. والعلم والحلم والاستقامة يا من سما البر (١) والكرامة  
 663. ومن ذهب به عقول العلماء ومن ذهب به عقول العلماء  
 664. فنعم محمود المقاصد الورع أحسن بفرع نجار مرتفع  
 665. قد وجلت من مصمها أى وجل عقيلة مفضية من الخجل  
 666. لا سيما فى هذه الصناعة من مقتدر ليس له بضاعة  
 667. والكرب والهضم عوامل اللفن تنازعت فزاده يعد الشجن  
 668. من فاضل بر حسيب مرتضى غلبت (٢) عظيم عيه عين الرضا  
 669. والذنب أن زغت من نهج الصواب فان أصبحت فلکم أسنى الثواب  
 670. مرقا يروق عين كل متقى لازلت فى أوج السعود ترتقى

## LEXIQUE

- V. 656 الزنجفور : Le cinabre; produit à base de mercure et de soufre.  
 الزئبق : Le mercure.  
 V. 657 زبيب الجبل : Staphysaigre ou «herbe aux poux» Ver. No. 587.

(1) Les vers 7, 8, 9, 10. manquent dans la copie (A)  
 (2) Tout ce vers manque dans copie (B).

## TRADUCTION

641. Quant au bain, c'est le meilleur remède contre la fatigue après un grand effort,
642. surtout au bain maure et dans un endroit intermédiaire (c.a.d ni trop chaud ni trop froid);
643. enduis toi après d'huile de violette ou d'huile de rose odorante.
644. Si tu veux préserver ton corps lors du voyage,
645. protèges ton visage d'un voile en ne laissant apparaître que les yeux, à l'heure des grandes chaleurs;
646. (ou bien) mélanges de la résine de cèdre à de la gomme arabique, ou de l'amidon ce qui revient au même,
647. presses par dessus du pourpier et enduis-en ton visage pour remède;
648. il semblerait que aussi le blanc d'oeuf soit efficace, et le fait de s'en induire agit comme un antidote des poisons.
649. d'autre part, il est profitable pour la santé de se boucher les oreilles avec du coton lors des tempêtes,
650. prescris cela aux conducteurs de méharis en cas de vent violent dans le désert,
651. ceci pour ceux qui voyagent à dos de chameau par temps chaud; quant à ceux qui voyagent par temps froid,
652. donnes leur la préparation suivante : un drachme de thapsia mélangé à une goutte d'huile;
653. abreuves-en celui qui se plaint de froid, pour le soigner.
654. Quant à celui qui veut se prévenir du mal mer, prescris lui une purge avant le voyage,
655. et adoucis lui le tempérament pour lui éviter d'être victime du sec qui le rendrait malade.

## TRANSCRIPTION

641. ويرى الأجسام من داء النصب والاحتمام خير ما يشفى التعب  
642. مع توسط من المقام لا سيما أن كان في الحمام  
643. أو دهن ورد طيب ذي أريج وأذلك يدهن عاطر البنفسج  
644. كما تعد من وجوه مصفرة أن شئت في الاسفار حفظ البشرة  
645. لما عدى العيتين في الهواجر صن حر وجهك بثوب ساتر  
646. مع اللثا تبلغ نفس الأرب حل الكثير مع صمغ عربي  
647. وأطل محياك تثل شفاء وأعصر عليه البقلة الحمقاء  
648. خصابه سر السموم دافع كذا يياض البيض قالوا نافع  
649. لدى اشتداد عاصف بالقطن ومن صلاح الجسم سد الأذن  
650. عند اشتداد الريح في الصحارى وأمر بهذا راكب المهاري  
651. أما الذي يظمن وقت الحصر هذا لمن يظمن وقت الحصر  
652. مع يسير الزيت مثل البرهم فامزج له الحلتيت وزن درهم  
653. كي تطرد المخوف أي طرد واسقه من يشكو هجوم البرد  
654. أسهله قبل جده في السير ومن يخاف دوخة في البحر  
655. عليه بيس فيرى متعبا لين له الطبع ليلا يههما

## LEXIQUE

- V. 641 النصب : La fatigue suite à un effort prolongé.  
V. 646 اللثا : L'amidon (fleur de farine).  
V. 647 البقلة الحمقاء : Le pourpier, Portulaca oléracée L., appelé aussi «Ar-Rifla».  
هيك : Joux, visage.  
V. 648 يياض البيض : Le blanc d'œuf.  
V. 649 القطن : Le coton.  
V. 650 المهاري : Les méharis, nom donné aux chameaux du désert d'Afrique du Nord.  
V. 651 ظن : Voyager à dos de chameau.  
V. 654 دوخة في البحر : Le mal de mer.

## TRADUCTION

626. et tout ce qui est exposé au vent du Sud.
627. est doux et chaud et convient aux personnes sèches.
628. Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement.
629. au moment des vagues de chaleur d'été.
630. *A propos du nécessaire de voyage, pour ce qui est des remèdes;*
631. Avant de voyager purges toi de tout déchet et fais une prière à Dieu;
632. munis toi de produits humidifiants et adoucissants pour combattre la sécheresse.
633. comme les conserves de roses et de violette, ainsi que de produits contre l'excès de chaleur.
634. comme les pastilles de camphre et le vinaigre de vin à prendre avec de l'eau (en cas de chaleur)...
635. ou bien les tisanes d'orge, à boire lorsque souffle le vent brûlant (vent du désert).
636. Méfies toi des légumes lors des voyages, ils sont source de maladies.
637. Prévois également des purificateurs de l'air et ce qui te protégera de l'insalubrité des chemins :
638. piles un peu d'oignon et d'ail et mélanges à de la menthe odorante.
639. à des pommes vertes et à des raisins secs; pétris le tout avec du bon vinaigre,
640. et mets-en un peu dans tes boissons pour purifier l'air et améliorer leur goût.

## TRANSCRIPTION

626. من غير حائل لدى الهبوب وكل ما يكشف الجنوب  
627. يتحف أهل اليبس بالفضارة فاحكم له باللين ، والصرارة  
628. فهي إذا من أطيب المجالس والبرد ثم اليبس في الدمالس  
629. عند اشتداد الومج العنيف وقت هجوم الحر في المصيف  
630. من الدواء الفائق المختار المقول في المخصوص بالأسفار  
631. من فضله ، وإبتهل إبتهالا قدم قبيل السفر الأسفالا  
632. ما يذهب اليبس بطبع لين واحمل من المرطب اللين  
633. وما يزيل الحر عند الومج مثل المري الوردي والبنفسج  
634. تمزجه بالماء وقت الحر كقرص كافور وخل خمر  
635. أن هجم الهواء كالشعير أو اشرب السويق من الشعير  
636. فانها مسرعة الأضرار واحذر من المقول في الأسفار  
637. وما يقيك وخم الموارد واحمل موانع الهواء الفاسد  
638. وامزجها بالذمغ المشوم دق يسير بصل وثوم  
639. واعجن بخل طيب عجيب وحامض التفاح والزبيب  
640. بصفو الهواء ويلد المشرب وحل منه البعض في ما تشرب

## LEXIQUE

- V. 626 الجنوب : Le vent du Sud.  
V. 628 الدمالس : Le terme classique est : دماليز - دماليز : vestibule, entrée de la maison entre la porte extérieure et les appartements. (Kasimira).  
V. 630 سفر - أسفار : Voyage.  
V. 633 حرب الوردي : Conserve de rose.  
V. 634 الكافور : Le camphre; produit obtenu par la distillation du bois de camphrier, Cinnamomum camphora Nees, arbre d'extrême Orient.  
V. 635 السويق : La tisane.  
الشعير : Et plus justement السعير signifie brûlant.  
(Doxy).

## TRADUCTION

611. portes les, si tu as peur pour ton corps, au dessus d'une chemise de lin.
612. Tout ce que j'ai noté au sujet de la laine, comme bienfaits et comme risques,
613. est valable pour les tissus en laine de chameau (et autres ....); tous sont efficaces contre le froid.
614. à l'exception de la variété «al masqûl» dont le tempérament est froid.
615. *A propos de l'aération des habitations, des palais aux maisons de pauvres.*
616. Celles qui ont de larges portes conviennent aux quatres saisons,
617. que le climat soit chaud, froid ou tempérément ..
618. ceci est également vrai pour les tentes ...
619. cependant, dans ces dernières, l'air ne stagne pas et il n'ya donc pas de putréfaction.
620. Quant à l'habitation aux ouvertures étroites, elle est protégée des vents,
621. ainsi, elle est chaude en hiver et inversement (froide en été);
622. c'est surtout le cas des chambres en sous-sol dans les grandes maisons (les palais).
623. Celles (les habitations) qui sont exposées au vent du Nord et de l'Est ou qui sont situées en hauteur,
624. sont les plus saines car leur air est libre d'impuretés.
625. Celles qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fièvre-  
sux;

## TRANSCRIPTION

611. من فوق حائل من الكتان فاليسه ان خفت على الجثمان  
612. من صالح يرضى ومن مخوف وكل ما ذكرته في الصوف  
613. جميعها من البرودة برى احكم به على الثياب الوبر  
614. واحكم ببرد طبعه المعقول واستثن ما يعرف بالصقول  
615. من القصور ومن المساكن القول في اهوية المساكن  
616. فهو يطابق الفصول الاربعة وكل ما أبوابه متمسكة  
617. فلا تكن في الحق ذا جدال في الحر والبرد والاعتدال  
618. ولا تخف معصرة الملام واحكم بمثل ذا على الخيام  
619. من أجل هذا برئت من العقن لكن هواء هذه لا يحتقن  
620. مستقر عن جملة الرياح والمساكن الضيق الانفتاح  
621. واقفى له بالبرد وقت الضد فاقص له بالحر وقت البرد  
622. ونحوها من كل قصر مشرف لا سيما ما كان تحت الغرف  
623. من غشرف أو كان في أعلى الربا وما يقابل الشمال والصبأ  
624. هوائه عن وخم بمعزل فهو لذى الصعة خير منزل  
625. ينفع كل بدن مصرود وكل ما يكثف للديور

## LEXIQUE

- V. 613 ثياب الوبر : Laine de chameaux et autres herbivores  
(à part le mouton).  
V. 614 المعقول : Sorte d'étoffe légère portée en été. (Dozy).  
V. 615 اهوية المساكن : L'aération des habitations.  
L. 15 الديور : Le vent d'Ouest.  
V. 618 خيمة - خيام : Tente.  
V. 623 الشمال : Le vent du Nord.  
الصبأ : Le vent de l'Est.  
الربا : la hauteur, l'altitude.

(1) Ce vers manque dans la copie (C).

## TRADUCTION

596. il favorise la croissance, aide à grossir, et amène le sang à la surface du corps,
597. il donne un bon teint et certains, disent qu'il guérit de la gâle;
598. la meilleure variété est la «ar-rûmf», c'est à dire la toile batiste, dont le port est un remède,
599. elle est connue sous le nom de «kâmurah», et contient un surplus de froid;
600. la variété «ar-ruwwân» lui est comparable et toutes deux représentent un remède pour le corps;
601. comme autre variété : la toile de lin blanche est d'un bon tempérament et d'un port élégant.
602. Evites autant que possible toutes les marques importées d'Egypte.
603. comme la «baladi» transparente et la «suyûti» («de Assiout») et surtout la «fallûti» (de Manfalout).
604. en effet, elles causent toutes de la putréfaction et favorisent la pullulation des poux à la surface du corps;
605. c'est également le cas pour la toile non blanchie qui est cause de putréfaction d'après les connaisseurs.
606. Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec,
607. ils conviennent, par leur (tempérament) sec, au pituiteux, combattent l'humidité due à un excès de sang (humeur).
608. et pour tous ceux qui se plaignent d'hydropisie c'est le meilleur des remèdes;
609. cependant, pour le bilieux et l'atrabillieux, c'est les pires des vêtements.
610. ils ruinent leur santé et leur corps, réserve les donc aux tempéraments avides de chaud;



## TRANSCRIPTION

596. ويجنب الدم لظاهر البدن  
 597. وقال بعضهم : يزيل الجربا  
 598. لباسه يزيل شر النصب  
 599. زيادة البرد عليه ظاهرة  
 600. كلامها يشفى به الأبدان  
 601. يحسن في الطبع وفي اللباس  
 602. تقربه ما استطعت إذ حان البلا  
 603. لا سيما الخشن كالفلوطي  
 604. وتكثر القمل يسطح البدن  
 605. معفن عند ذي التحرير  
 606. مسخن المزاج بين الجفاف  
 607. وكل رطب الجسم من فرط الدم  
 608. فهو له من أعظم الدواء  
 609. شر لباس مسرع بالداء (١)  
 610. فتركه لدى الحرارة حسن
- ينعم الجسم ويورث السمن  
 يفيد لنا حسنا مكتسبا  
 أفضله الرومي أعنى القصبى  
 وهو الذى نعرفه بكامرة  
 ومثله فى صنفه الروان  
 وبنو القصر الخماسى  
 وكل ما يجلب من مصر فلا  
 كالبلدى الخفاف والسيوطى  
 إذ كلهما مسرعة بالعفن  
 كذلك الخالى من التقصير  
 وكل ملبوس من الأصواف  
 ينفع بالتجفيف أهل البلغم  
 وكل ما يبلى بالاستسقاء  
 وهو لدى الصفراء والسوداء  
 يومن القوي وينهك للبدن

## LEXIQUE

- V. 597 الجربا : La gale.  
 V. 598 الرومي : Variété de lin; signifie littéralement «grec», ou «romain», ou «étranger» de façon générale toile batiste; (Kasimira).  
 Syn. القصبى : «al qasabî»;  
 Syn. كامرة : «kāmurah».  
 V. 600 الروان : «Ar-ruwân» ou rouennerie. Toile importée de Rouen. (Dozy)  
 V. 601 القصر : «Al muqassar» = toile de lin blanchie. (Dozy).  
 V. 603 البلدى : «Al baladî», variété de lin.  
 السبيوطى : «As-suyûtî» = lin de Assiout (Egypte).  
 الفلوطى : «Al-faluûtî» = lin de Manfaloute (Egypte).  
 V. 606 الأسواق : Les lainages.

(1) Ce vers manque dans la copie (O).

## TRADUCTION

581. Le retardé mental, enduis lui la tête d'huile de moutarde au moment du rasage; il y a quelque espoir.
582. et parmi les avantages dans le port d'une dent de hyène, il ya son efficacite dans le traitement de l'amnésie.
583. Enfin, lorsque l'esprit s'encombre d'affaires amoureuses, de soucis, ou de problèmes de manque de moyens,
584. n'espérez pas y remédier car ce serait comme battre du fer froid.
585. Voici, en résumé, ce qui permet de se passer des grands remèdes :
586. Evites la cause des problèmes à savoir les lentilles, le coriandre et les fèves,
587. le lait aigre, les oignons, l'ail, et les pommes acides.
588. *A propos du vêtement ...*
589. La soie est légèrement chaude, son port est un remède contre la maigreur,
590. c'est le traitement contre les poux, la faiblesse d'estomac ainsi que les palpitations cardiaques et les ulcérations.
591. Les tissus en coton sont d'un tempérament franchement chaud et ils seraient également secs et doux;
592. leur port est appréciable en hiver, et ils servent aussi comme remède.
593. contre la paralysie faciale, la maladie de Parkinson et l'hémiplégie;
594. cependant ils sont nuisibles en été, surtout pour un sujet maigre.
595. Le lin est doux et froid, et sa toile est appréciable;

## TRANSCRIPTION

581. اثر الحلاق ادمن تفز بالامل مؤخر الرأس بذهن خردل  
582. انهاب نسيان الفتى لما يعى ومن خواص حمل سن الضبع  
583. بالعشيق أو بالهم أو بالفقر وحيثما تشغل نفس الصر  
584. فذاك ضرب فى حديد بارد لا تطمعن فى زوال الوارد  
585. يغنى عن الادوية الكبار هذا الذى لخصت من مختار  
586. من عسل وكزير وفول ولتجتنب موائد الفضول  
587. وحامض التفاح من منوم ولبن ويصل وثوم  
588. لنذكره فى معرض الجواب القول فى اللبوس من ثياب  
589. لباسه يرى من الهزال الضرب فى الصرير باعتدال  
590. والخفقان والقروح المسدة ويمنع القمل وضعف المعدة  
591. وقيل يابس وقيل لين وفي ثياب القطن حر بين  
592. وطالما افضى لرفع دام لباسه يحمى فى الشتاء  
593. من لقوة ورعشة وفالج من اجل ذا يصبح فى التعالج  
594. لا سيما بالجسد النحيل لكنه يضرب فى الصيف  
595. اثوابه جيدة محمودة واللين فى الكتان والبرودة

## LEXIQUE

- V. 581 مؤخر الرأس : Le retardé mental.  
دهن خردل : Huile de moutarde.  
V. 582 سن الضبع : La dent de hyène (portée comme amulette).  
V. 587 لبن : Lait aigre.  
V. 588 ثوب - ثياب : Tissu.  
V. 589 الحرير : La soie.  
الهزال : La maigreur.  
V. 590 القمل : Les poux.  
V. 591 القطن : Le coton.  
V. 595 الكتان : Le lin.

## TRADUCTION

566. respectes ce rythme jusqu'à la guérison.
567. Quant aux anacardes, ils ont (à cet effet) une propriété noble et réputée,
568. cependant il est dangereux d'en manger car ils causent un mal sévère;
569. ils se présentent comme des graines ressemblant à des chataignes ou au coeur d'un oiseau,
570. ils sont de couleur noire et contiennent une pulpe; ils proviennent de l'Inde; Voilà pour ce qui est de la description;
571. La plus part les considèrent comme un poison dont l'antidote serait la noix;
572. quant au raisin sec de la Variété «Sarghini» il a certainement été fait erreur à son sujet,
573. en effet à l'exemple du hachish, il est nuisible et c'est un stupéfiant;
574. ceux qui le confondent avec l'anacarde se trompent;
575. j'ai vérifié qu'il s'agissait d'une variété grande de morelle noire, apprendz cela d'un spécialiste,
576. et les hommes de science l'appellent encore «al mukhabban»; il n'y a pas de risque à s'en masser le corps.
577. contre les inflammations (enflures) rebelles au traitement, en association avec de l'huile de rose et de la céruse,
578. il est applicable sur toutes les parties du corps et sur les articulations mais il ne faut pas en faire un usage interne.
579. si par ignorance quelqu'un est amené à en avaler, fais le vomir, enduis le de beurre,
580. et fais lui boire de bons sirops pour éviter de graves conséquences.

## TRANSCRIPTION

566. ان يحصل البر وينذهب البلا  
 567. شريفة عن الجميع مروية  
 568. يحدث في الأبدان منتهى الضرر  
 569. أو كقلوب الطير لا أشكالا  
 570. يأتي من الهند فهاك المامية  
 571. ترياقه الجوز كما قد قرروا  
 572. فغلط فيه باليقين  
 573. فهو مخدر وقيل مفسد  
 574. من أين يدخل هنا لولا الغلط  
 575. من غيب الذيب فحذه من خبير  
 576. لا بأس أو يطلى لسطح البدن  
 577. بذهن ورد مع اسفدياج  
 578. اياك واستعماله من داخل  
 579. نضله بالقيء وبالنزيد اطله  
 580. كيما تزيل معضل الخطوب
- وراع ذا الترتيب هكذا الى  
 اما البلالور ففيه خاصية  
 ومع ذا فاكله فيه خطر  
 وهو حب يشبه القسطالا  
 اسود في داخله عسيلة  
 قد عده من السموم الأكثر  
 اما الزبيب المفسد السرقيني  
 مثل الحشيشة قواه تفسد  
 ومن لمسه بلانرا سقط  
 قد صبح عندي انه النوع الكبير  
 يدعوه أهل العلم بالخفين  
 لورم يسمر في العلاج  
 في سائر الأعضاء والمفاصل  
 ومن يفسد جاهلا باكله  
 اطعمه طبيباً من الزبيب

## LEXIQUE

- V. 566 البرم : La guérison.  
 V. 567 البلالور : Noix de marais, anacarde; fruit de l'ana-guardier, Semecarpus anacardium ( famille des térébin-thacées); le nom vulgaire est «Hab al-Fahm», c.a.d. «grains de l'intelligence».  
 V. 569 القسطال : Les châtaignes, les marrons.  
 V. 571 ترياق : Antidote.  
 V. 572 السرقيني : «As-Sarghini» Variété de raisins secs.  
 V. 573 الحشيش : Le hachisch, résine du chanvre indien; c'est un stupéfiant.  
 مخدر : Stupéfiant.  
 V. 575 غيب الديب : La morelle noire, Solanum nigrum L.  
 V. 577 اسفدياج : La céruse, carbonate de plomb.

## TRADUCTION

551. Ainsi qu'à du mucilage de graines de coing, pétris le tout et fais-en des pillules de la taille d'un gram de poivre;
552. au besoin, mets une pillule sous la langue, tu en tireras un grand bienfait,
553. et avales toute la salive écoulée, ta voix s'améliorera et s'intensifiera.
554. *A propos des médicaments améliorant la mémoire et l'intelligence.*
555. Si l'amnésie provient de l'humidité, traites la par (un produit donnant) une chaleur sèche.
556. comme le castoréum, l'encens, le souchet, la marjolaine;
557. nettoyes avec «des produits qui embaument» avant de boire le médicament.
558. Si l'amnésie provient d'un excès de sec, élimines alors la bile noire tu traiteras le mal.
559. enduies à l'huile de violette la tête de celui que tu veux rendre intelligent,
560. et son meilleur remède, d'après l'expérience est le séné,
561. choisis-en une bonne qualité, il donne toute satisfaction.
562. Utilises l'encens pour améliorer la mémoire, encens encore appelé «hasa lubân»,
563. et ajoutes lui du sucre et du souchet en quantités égales, pour être efficace;
564. prends ceci pendant trois jours et arrêtes pendant cinq jours
565. puis reprends en trois jours et arrêtes pendant cinq jours, tu en tireras alors profit;

## TRANSCRIPTION

551. اعجن وحببه كحب الفلفل مع لعاب البزر من سفرجل  
 552. تحت اللسان تلق كل فائدة وعندما تحتاج الى واحدة  
 553. يحسن منك الصوت ثم يرتفع وكل ما انحل من الريق ابتلع  
 554. يصلح للحفظ والذكاء القول في المختار من دواء  
 555. فانفع بحر ياس ضروريه اذا اعتري النسيان من رطوبة  
 556. والسعد ثم المرء قوش الأخضر كالجندي ياد ستر ثم الكندر  
 557. تشرب شيئا من دواء قدما ونقى يالا يا رجات قبل ما  
 558. فاسهل السوداء يذهب المرض وان يك النسيان عن يمس عرض  
 559. رأس الذي منه الذكاء ترتجى وادهن بدهن اللور من بنفسج  
 560. حسبما قد جربوا قرض السنة وخير أدويته المستحسنة  
 561. مباركها حمسده من جريا وخذ سفوفاً جيداً منتخبا  
 562. اى كندر يدعى حمى لبنان اعمد الى الذكر من لبنان  
 563. على السوداء كى تنال سعدا اصف اليه سكر وسعدا  
 564. واتركه خمسة على التمان خذه ثلاثة من الايام  
 565. خمسة ايام تفز بفضلته وعد له ثلاثة وخلصه

## LEXIQUE

- V. 551 لعاب : Mucilage.  
 V. 552 اللسان : La langue.  
 V. 554 الحفظ : La mémoire.  
 الذكاء : L'intelligence.  
 V. 555 النسيان : L'amnésie.  
 V. 556 جند بادستر : Castoreum, produit d'une glande spéciale, (annexée) à l'appareil génital du castor Castor Fiber L.  
 السعد : La souchet, cyperus.  
 المرءقوش : La marjolaine = Organum Majorana L.  
 V. 559 البنفسج : La violette = Violata odorata L.  
 V. 560 السنة : Le Séré; celui vendu au Maroc est le Cassia acutifolia.  
 V. 562 لبنان = حصا لبنان : Kincens (V. ver. 545).

## TRADUCTION

536. Si tu veux améliorer le plaisir coïtale,
537. ajoutes le fruit amer du genêt à de la cannelle de Chine et à du staphysaigre de bonne qualité,
538. pétris le tout dans du miel pur puis fais-en des pillules de la taille d'un grain de poivre;
549. mets une pillule dans la bouche et enduis la verge de la salive qui s'écoule.
540. Les os d'un coq noir, brûlés dans des feuilles de choux.
541. et pétris avec des déchets de pastèque, redonnent aussitôt le «charme» de la virginité.
542. *A propos des remèdes de la voix.*
543. mets du jus de bon choux sur des braises de charbon de bois,
544. attends jusqu'à évaporation de sa moitié, puis ajoutes une quantité double de sucre,
545. et avant que cela ne se solidifie trop, ajoutes de la gomme, de l'encens et de la résine de cèdre,
546. puis du mastic et de la résine de térébinthe, cette fumigation est un remède extraordinaire.
547. contre la toux grasse et l'enrouement, elle est dépurative pour les poumons,
548. elle améliore la voix et élimine la pituite ainsi que les déchets du cerveau.
549. Comme autre remède, il ya la «pillule de la voix» ;
550. ajoutes de la gomme arabique, à de la résine de cèdre, et du sirop de réglisse.



- V. 541 الكوار : Signifie probablement la pastèque.
- V. 542 المصلح للصوات : Les remèdes de la voix.
- V. 545 الصمغ : La résine, la gomme (V. ci-dessous ver 550).  
 الكنبي : L'encens, résine aromatique du Boswelïa, surtout celle du Boswelïa Carterit Birdw, qui pousse en Arabie et en Étiopie.
- الكثيرا : Résine du cèdre.
- V. 546 علك البطم : Résine du Térébinthe, plus exactement du Pistacia terebinthus L., et au Maroc, du Pistacia atlantica Desf.
- V. 547 خشونة في الحلق : L'enrouement.
- V. 548 الدماغ : Le cerveau.
- V. 550 سوس : Réglisse — Glycyrrhiza glabra L., pousse dans le sud marocain — on utilise les racines. («Arq Sûs»).
- عربي الصمغ : Gomme arabique; au Maroc c'est la gomme de l'Acacia gummifera Willd (Sud marocain).

## TRANSCRIPTION

536. فخذ هديت سبل الصلاح وان تريد ملئذ النكاح  
 537. وحسب رأس جيد رزين من مافر القرصا ودار صيني  
 538. تمت حبسه كحب الفلفل وأمعن جميعها بصافي العسل  
 539. بريقك المجموع تحظى بالوطر وامسك بفيك حبة واحلل للذكر  
 540. يحطب من الكرنب المنتقى وعظم ديك أسود ان أحرقا  
 541. يعيد حملا حكمة اليكارة فعمجه بوسخ الكواره  
 542. من اللدواء الطيب المواتى القبول في المصلح للاصوات  
 543. من فوق نار اللحم دون لهب اجعل عصارة الكرنب الطيب  
 544. واجعل عليه ضعفه من سكر الى ذهب نصفه للقرور  
 545. للصمغ والكندر والكثيرا اضفه دون عقده كثيرا  
 546. وارفعه تظفر بالدواء الاظم وزده مصطكى وعلك البطم  
 547. في الحلق والرية من عفونة يشفى السعال الرطب والخشونة  
 548. وفصله الدماغ أيضا فاعلما ويصلح الصوت وينقى البلغم  
 549. فاحفل به يا صاح قبل الفوت ودونه الحب الذي للصوت  
 550. ورب سوس نشا يسيرا خذ عربى الصمغ والكثيرا

## LEXIQUE

- V. 536 النكاح : Le coït.  
 V. 537 القرصا : du terme اللريح qui est le fruit amer du genêt ?  
 حب رأس : C'est «l'herbe aux poux», Staphysaigre = Delphinium staphysagria L., on utilise les graines du fruit comme remède.  
 V. 537 دار صيني : Cannelle de Chine, écorce du Cinnamomum aromaticum Nees.  
 V. 539 الذكر : La verge (V. synonyme p V. 535).  
 اترق : La salive.

## TRADUCTION

521. c'est un remède pour les reins par son froid et sa douceur, et il ferait même grossir;
522. quant au fromage vieux, il est chaud et sec, et il est astringent,
523. Ajoutes au lait de brebis, du girofle, de l'absinthe, et du galanga;
524. après avoir pilé un huitième d'ocque de chacun des produits,
525. cette préparation a la vertu d'améliorer l'érection et d'être aphrodisiaque;
526. il en est de même pour les graines de roquette et les graines d'orties (à ajouter à volonté).
527. additionnées au jaune d'oeuf de poule; ceci favorise l'érection;
528. il en est de même, également, pour le suc d'oignon additionné de son poids de miel,
529. pétri avec des graines de navet et de roquette, et de la gomme de thapsia à volonté;
530. comme autre préparation secrète, on décrit : une ocque d'ail.
531. cinq oeufs du cumin et du bon sel,
532. le tout cuit dans un quart d'ocque d'huile,
533. cela se prend en une seule fois et redonne l'espoir;
534. cette dernière (préparation) ne convient pas aux bilieux, préserve les donc d'un grand mal.
535. La purée de carotte est elle aussi efficace par sa propriété de remédier à la mollesse de la verge.

7. 524 **وقية - اوقيه** : Du latin once, c'est l'ocque, unité de mesure du poids, équivalent à deux livres et demi.
7. 525 **الإنعاط** : L'érection.
7. 526 **الجرچير** : Roquette, *Eruca sativa* lam.; mais au Maroc, ce terme s'applique aussi à des plantes appelées vulgairement «moutarde sauvage» à savoir les genres *Brassica*, *Raphanus*, etc ...
- بزق حريق** : Graines d'ortie. Les médecins arabes distinguaient deux genres d'orties : l'ortie rude *Urtica urens* L., et l'ortie molle comprenant, entre autre, la mercuriale (*Mercurialis annua* L.), la pariétaire (*Parietaria officinalis* L.).
- عك حلب** : Resine de Thapsia. Littéralement ce terme s'applique à la *Ferula Asa foetida* L. d'Orient, mais les auteurs maghrébins l'identifient à un autre ombellifère, le Thapsia, qui lui, pousse en Afrique du Nord.

## TRANSCRIPTION

521. ويرى الكلا ببيده واللين  
522. اما المتيق فهو حر يابس  
523. وان جعلت في طيب الضان  
من بعد ثمن الأوقية  
524. فشره سر للانتفاع  
ومثله زريعة الجرجير  
525. اخلط (١) مع بيضة الدجاجة  
ومثله عصير من بصل  
526. اعجن بيذر الفجل والجرجير  
وقد روي من جملة الكتوم  
527. وخمس بيضات مع الكون  
واطبخ بوزن أربع الأوقى  
528. يؤخذ دفعة بغير بلس  
ولا يليق بذيى الصفراء  
529. والجزر المعجون منه ينفع  
لزومه رغو القضيبي ينفع

## LEXIQUE

V. 523 القرنفل : Girofle, «clou de girofle»; c'est les fleurs séchées du giroflier *Eugenia aromatica* H (originale d'Insulinde), qui servent comme condiment.

الشيب : L'absinthe, *Artemesia absinthium*.

خولجان : Galanga, rhizome d'un Zingiberacée l'*Alpinia officinurum* Hance, produit par la Chine du Sud.

(1) — (A) بز حريق (B et C) ملك حلتيت

(2) Les vers 527 — 528 — 529. manquent dans la copie (A).

(\*\*\*) Début du chapitre «remèdes pour la puissance sexuelle»

## TRADUCTION

506. rinces toi-s'en les dents en cas de trouble, cela favorisera ton rétablissement;
507. et le lait de chamelle guérit l'hydropisie;
508. tous les produits provenant du barratage (du lait), conviennent aux sains et aux malades.
509. et tout ce qui est acide considère le comme froid et sec,
510. cela ruine la santé en occasionnant une forte obstruction, et gâte le sang ainsi que les aliments;
511. cela provoque du prurit et donne lieu à des cauchemards.
512. Evites, Dieu te guide, de manger du lait caillé, car il est responsable de nombreux méfaits;
513. il alourdit et son élimination est lente, il est donc cause de nuisances;
514. si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fais le vomir puis donnez lui du sirop de mastic;
515. Le beurre, lui, a des propriétés utiles, il est équilibré avec une tendance chaude;
516. cependant il est de digestion lente et aggrave l'indigestion des aliments;
517. plus il vieillit et devient rance plus il devient chaud.
518. Tout ce que j'ai cité à propos du lait caillé comme méfaits et bizarreries.
519. est valable pour le colostrum, concernant aussi bien les méfaits que les correctifs.
520. Le fromage frais, solide, n'a pas son pareil en bienfaits;

## TRANSCRIPTION

506. تجد من الشفاء أى بركة  
 507. ينفع قدما داء الاستقسام  
 508. يصلح للصميج والمرىض  
 509. بالبرد واليبس عليه فاعلموا  
 510. ويفسد الدماء والأغذية  
 511. ويورث الثقيل من منام  
 512. لأن فيه كثرة المصايب  
 513. صعب غليظ جالب الأضرار  
 514. من بعد قيئه شراب مصطكى  
 515. معتدل يميل للحرارة  
 516. تزكو به وخاصة الطعام  
 517. فصاحب الطول يصير سخنا  
 518. من السقام ومن الرايب  
 519. فى الضر والإصلاح ثلث الطلبيا  
 520. فما له فى نفسه من ثلث
- مضمض به الأسنان وقت الحركة  
 ولبن اللقاح فى الغذاء  
 وكل ما يجلو من المخيض  
 وكل صادق (أ) الحموضة احكما  
 يرمى القوى بالسدد القوية  
 يكثر الحكمة فى الأجسام  
 واحذر هداك الله من أكل الرايب  
 مثل عسير الانحدار  
 اعط الذى من أكله ضرا شكا  
 والزبد فيه خصلة مختارة  
 لكنه بطيء الانهضام  
 وكل ما طال وصار سمنا  
 وكل ما قديمه فى الرايب  
 الحق به الذى نسميه اللبأ  
 أما الطرى المعقود من أجبان

## LEXIQUE

- V. 506 مضمض : Faire des gargarismes.  
 الحركة : Ici a le sens de «troubles» de façon générale.  
 V. 507 لقحة - اللقاح : Chamelle à lait.  
 V. 508 المخيض : Le barratage.  
 V. 511 الثقيل من المنام : Cauchemars.  
 V. 512 الرايب : Le lait caillé.  
 V. 515 الزبد : Le beurre.  
 V. 517 سمن : Beurre fondu, signifie aussi beurre rance.  
 V. 519 اللبأ : Le colostrum.  
 V. 520 جبن - أجبان : Fromage.

(A) copie , (B) copies (C) و (D) صالح

## TRADUCTION

491. évites de boire de l'eau après les repas durant une période de une heure et dix minutes,
492. ceci pour les bilieux; et prévois un temps double, pour les sanguins;
493. et pour les pituiteux, comptes soixante minutes d'attente avant de boire sans risque;
494. et pour les atrabillieux, (puisses-tu obtenir le salut), prévois un délai de quarante cinq minutes;
495. *A propos des laits et de leur action sur le corps.*
496. Les laits sont d'un tempérament chaud et doux car ils représentent le «sang» d'un organisme;
497. médicalement, ils présentent entre eux quelques différences, selon les espèces;
498. le lait de vache favorise la croissance, et il est bon d'en boire abondamment,
499. cependant, il est d'élimination lente, corrigez le donc avec du bon miel;
500. quant au lait de brebis, c'est un excellent remède.
501. contre les ulcères de poumon et d'intestins, et contre l'hématurie;
502. le lait de chèvre est de tempérament équilibré et représenterait un précieux remède.
503. contre les ulcères de gorge et de vessie, contre l'étouffement, l'amnésie et les maladies chroniques;
504. le lait d'ânesse est encore meilleur par ses vertues curatives,
505. il n'a pas son pareil contre la tuberculose, ne sois donc pas ignorant de son bienfait connu,



- V. 501 قروح الريد : Les ulcères du poumon. Allusion au cancer  
bronchique ... ? A la tuberculose caverneuse ... ?
- البول اذ يمزج بالدماء : Allusion à l'hématurie.
- V. 502 معز : Chèvres.
- V. 503 الحلق : La gorge.
- الغم : L'étouffement, la suffocation.
- النسيان : L'amnésie.
- الزمانة : Maladie chronique.
- V. 504 اتن : Anesse.
- V. 515 السل : La phthisie, la tuberculose.

## TRANSCRIPTION

491. بعد الغذاء ساعة مع سدس وعن شراب الماء نفسك احبس  
 492. وضعف هذا لنوى الصفراء هذا يقال لنوى الصفراء  
 493. ستين ، وأيضاً سرب فما تم حرج والبلغمى السوداء لقيت الفرج  
 494. خمس وأربعون قل من الدرج ولنوى السوداء لقيت الفرج  
 495. وما لها في جسد الانسان القول في المشروب من البان  
 496. لأنها تم من الجثمان الحر ثم اللين في الالبان  
 497. بحسب الطباع في الأصناف (١) لكنه في الحكم ذو اختلاف  
 498. لكثرة الغذاء أخذه حسن فالبحري منه يخصب البدن  
 499. أصلحه بالمسبل الختار لانه يطهى الانحدار  
 500. للجسم فيه منتهى العلاج أما الذي يجلب من نعاج  
 501. والبول لا يمزج بالدماء من قرحة الرية طلاءماء  
 502. على نفائس العلاج معتدل ولبن المعز قالوا معتدل  
 503. والغسم والنسيان والزمانة يشفى قروح الحلق والمتانة -  
 504. من جهة الدواء للابسان افضل من لبن الاتبان  
 505. لا تغفلان عن فضله للشهير ليس له في السسل من نظير

## LEXIQUE

- V. 491 سدس : Un sixième d'une heure, c.a.d. 10 minutes.  
 V. 492 نوى الدماء : Les sanguins, un des 4 « caractères » ( v. principes de la médecine, A.).  
 V. 493 الدرج : La minute.  
 V. 495 لبن - البان : Lait.  
 V. 499 الانحدار : L'élimination (par les selles).  
 V. 500 نعجة - النعاج : Brehis.

(1). Ce vers manque dans la copie (B).

## TRADUCTION

476. l'eau de puits est comparable à cette dernière et même pire, évites donc d'en boire....
477. Evites également l'eau stagnante des lacs, si visiblement elle est altérée;
478. chaude, salée et épaisse, elle provoque un mal incurable.
479. Si tu veux comparer le poids de deux eaux fais l'expérience suivante :
480. prends deux torchons de même poids et trempe les chacun dans une des eaux,
481. retire les et laisse les sécher à l'ombre.
482. puis pèses les de nouveau; celui qui remonte correspond à l'eau la plus légère et inversement.
483. Les eaux conservées provoquent de nombreuses maladies.
484. telles l'hydropisie, les varices, et l'obstruction du foie et de la rate.
485. Quant aux eaux qui coulent sur le plomb et le cuivre, elles sont néfastes;
486. par contre celles qui coulent sur un terrain contenant du fer ou de l'argent ou de l'or, elles sont utiles.
487. contre les tachycardies et la faiblesse du foie, elles conviennent au cœur et lèvent l'obstruction.
488. Evites de boire de l'eau en période d'été et en période d'épidémie.
489. Bois peu d'eau au moment des repas,
490. et n'en bois pas du tout pour accompagner les aliments qui ne sont pas secs.

## TRANSCRIPTION

476. قصد ما اسطمت العطاش عنها  
 477. ان بين التغيير للمشاهد  
 478. تصدت ضرا ما له من راق  
 479. من الخفيف فاقض بالدليل  
 480. واغمس هديت كل خرقة بما  
 481. حتى يبين لك ييس الكل  
 482. فهو الخفيف والثقيل ما وقع  
 483. يحدث اسقاما بلا تنباه  
 484. وسدة الكبد والطحال (٢)  
 485. يجرى فخف منه ضروب الباس  
 486. او فضة او ذهب حميد  
 487. والقلب نافع مزيل السم  
 488. الا زمان الصيف والسوياء  
 489. منه ، لا تعتمد الكثيرا  
 490. ما لم ير الطعام ذا جفاف
- والبئر مثلها ، وفتر منها  
 وصد من ماء الغدير للراكه  
 والسفن والملح مع الزعاق  
 وان ترد معرفة الثقيل  
 خذ خرقتين يستوى وزنهما  
 وارفعهما واطرحهما في الظل  
 وزنهما ايضا فما قد ارتفع  
 وكل مخزون من المياه  
 كداء الاستسقاء والدوالي  
 وما على الرصاص والنحاس  
 ان الذي ترابسه حديد  
 لخفقان وضعف الكبد  
 واحتر على الرقيق شراب الماء  
 وخذ خلال اكلك (١) اليسيرا  
 وعف عنه غاية العفاف

## LEXIQUE

- V. 476 البئر : Le puits.  
 V. 477 الغدير : L'étang, le lac.  
 V. 478 الزعاق : Epais, amer, non potable — se dit d'une eau.  
 V. 483 مخزون : Stoqué, conservé.  
 V. 484 داء الدوالي : Les varices. (Dictionnaire Beaucier).  
 V. 485 الرصاص : Le plomb.  
 النحاس : Le cuivre.  
 V. 486 الحديد : Le fer.  
 الذهب : L'or.  
 V. 487 خفقان : Tachycardie.  
 V. 488 الوباء : Maladie épidémique, signifie aussi la peste. (Kazimír).

(1) اكلك dans copies (B), (C) (أكلك) dans copie (A).  
 (2) Ce vers manque dans la copie (B).

## TRADUCTION

461. Le vinaigre a la propriété d'adoucir, pour cela il nuit aux sujets faibles;
462. il ouvre l'appétit et calme la fièvre causée par la bile jaune;
463. mélangé à l'huile de rose, il apaise les céphalées qui ne sont pas dues à un refroidissement.
464. L'huile est chaude et bénie; elle n'a pas son pareil par son immense bienfait;
465. elle donne au corps force et activité et préserve la santé :
466. elle fait grossir, renforce les viscères et donne des couleurs;
467. la vieille huile est comparable au baume de la Mecque et sert dans le traitement de tout mal.
468. Elle n'a donc pas son pareil en bienfaits, servant en onction, comme moyen d'éclairage et comme aliment;
469. cependant, prise en trop grande quantité, elle alourdit; si c'est le cas, bois du vinaigre et son activité est immédiate.
470. *A propos des eaux de boisson.*  
La meilleure est la douce, limpide et excellente :
471. En premier vient l'eau de pluie, puis vient l'eau pure des fleuves;
472. la première a été adoucie par l'air, la seconde occupe le rang d'un aliment,
473. surtout s'il s'agit d'une eau coulant vers l'est argileuse et de couleur rouge et brillante.
474. Quant à l'eau de source, surtout si elle jaillit dans un terrain argileux,
475. elle contient des vapeurs lourdes qui provoquent des obstructions de fois sévères.

## TRANSCRIPTION

- والخل فيه قوة التلطيف  
يفتق الشهوة للفساد  
وان مزجته بدهن وردى  
والزيت حار لين مبارك  
يسدى الجسم قوة النشاط  
واكله يضمن الأبداننا  
قديمه يماثل اللسانا  
فما له فى نفعه من مثل  
لاكنما الاكثر منه مثل  
القول فى المشروب من مياه  
وخيره ما كان من امطار  
فاول قد لطفه الاموية  
لا سيما الجارى لصوب المشرق  
اما الذى يجرى من الميرون  
فذلك ذو أبخرة ثقيلة
- بدا يخمر عصب الضعيف  
مسكت للهب الصفراف  
يشفى صداها لم يكن عن برد  
فى نفعه العظيم لا يشارك  
ويحفظ الصحة باحتياط  
ويصلح الأحشاء والألوانا  
فى برة ما يعسر حيث كانا  
فى دهنه ونوره والمكمل  
فاشرب عليه الخل صرفا يسهل  
افضلها العذب القراح الزاه  
وبعده الصافى من الأنهار  
والثانى قائم مقام الأغنية  
الأحمر الطين بلون مشرق  
لا سيما أن تبعث فى الطين  
يولى الكبود سدا جليلا

## LEXIQUE

- V. 463 : Huile de rose.  
V. 465 : La santé.  
V. 467 : Baume de Judée ou baume de la Mecque.  
(Kazimirski).  
V. 470 : Les eaux potables.  
V. 471 : Pluie.  
V. 471 : Fleuve.  
V. 473 : L'Est.  
V. 473 : L'argile.  
V. 474 : Source (d'eau).

## TRADUCTION

446. Le coriandre est froid et sec et présente de nombreux bienfaits;  
447. il éteint la fièvre, apaise la soif et sort les vapeurs du plus profond des viscères.  
448. cependant, il abêtit, réduit l'activité sexuelle, et a une action soporifique.  
449. Le persil (brillant est chaud et sec d'après les connaisseurs,  
450. il est carminatif, il désobstrue et il vient le ballonnement.  
451. tout ce que j'ai cité au sujet du fenouil comme bienfait et comme propriétés curatrices,  
452. est valable pour les grains de fenouil;  
453. et apprendis que l'anis est un bon dépuratif pour la poitrine,  
454. qu'il apaise les céphalées ainsi que la toux et qu'il convient aux reins et à la rate;  
455. il soigne les viscères et apaise la migraine, même en fumigation.  
456. Le cumin est chaud et sec, et soulage les viscères des gaz accumulés;  
457. c'est un antidote contre les poisons, un remède contre l'inflammation et un apéritif.  
458. Le carvi est sec et chaud sans aucun doute;  
459. il est carminatif et débarrasse des gargouillements ainsi que de la putréfaction de cause alimentaire;  
460. à combien d'indigestions et de .. (indéterminé) .. il a mis fin;

## TRANSCRIPTION

446. في اكلها منافع مستكثرة  
 447. وتخرج البخار من عمق الحشا  
 448. مفتر عن الجماع مرقد  
 449. والييس ايمى التصيرير  
 450. ويذهب النفخ اذا مس الجسد  
 451. من المصالح ودفع الياس  
 452. من غير ما زور ولا بهتان  
 453. تنقى الصور غاية النقاوة  
 454. وتنفع الكلية والطحال  
 455. ولو بخورا فاعلم الحقيقة  
 456. يرى الحشا من ريحه المكنون  
 457. كما يثير شهوة الطعام  
 458. والحر نون مريمة ولبس  
 459. وكل عفن من غذاء صابر  
 460. وخين (١) آفاته مستعظمه
- والبرد والييس مزاج الكزيرة  
 تطفى اللهب وتزيل العطشا  
 لكنها اكثرها مبيدا  
 والحر في المعنوس النضير  
 ينقى الرياح ويفتح المسدد  
 وكل ما قدمت في البسياس  
 احكم به للنافع البستاني  
 واعلم بان حبة الصلوة  
 تنفى الصداع الصعب والسعال  
 تبرى الحشا وتنفع الشقيقة  
 والحر ثم الييس في الكمون  
 ينفع من سم ومن اورام  
 ولحكم على الكروية بالييس  
 تنفى رياح البطن والقراقر  
 كم خلصت من قلس وتخمة

## LEXIQUE

- V. 446 الكزيرة : Le coriandre (V. 142).  
 V. 449 المعنوس : Le persil, *Apium pétroselinum* L., on utilise les feuilles fraîches comme condiment.  
 V. 452 النافع : Les grains de fenouil.  
 V. 453 حبة الصلوة : Anis, «graine de douceur», (V. syn. p. 21/L6).  
 V. 456 الكمون : Le cumin (V. 46).  
 V. 458 الكروية : Le carvi, *Carum carvi* L., plante cultivée surtout dans la région de Meknès, on utilise le fruit comme condiment.  
 V. 460 وخين : L'écriture de ce mot est illisible dans les trois copies, cependant l'écriture se rapproche du mot qui signifie indigestion .... « وخم »

(1) Ce mot manque de clarté dans les 3 copies, V. lexique.



## TRADUCTION

431. elle désobstrue le foie et la rate et calme efficacement les coliques.
432. Les champignons sont humides et réveillent la douleur,
433. ils sont de tempérament froid, comme les truffes, d'après les vérifications de la mesure.
434. L'aneth convient au malade;
435. par sa chaleur, elle convient au sujet de tempérament froid en cas d'incontinence urinaire et d'hémiplégie grave;
436. c'est un remède contre les poisons mortels et les conséquences des maladies chroniques.
437. *A propos des condiments et leurs vertus médicinales.*
438. Le poivre est sec et chaud, et contient des remèdes de choix.
439. c'est un appétitif et un tonifiant des nerfs.
440. Le gingembre a le même tempérament que le précédent et lui est supérieur.
441. comme remède pour la mémoire et comme aphrodisiaque; pour cela il est très estimé.
442. Le safran est un excellent dépuratif, c'est un tonifiant du coeur et de l'estomac;
443. il débarrasse des calculs, améliore les couleurs et convient aux yeux et aux oreilles.
444. La cannelle rouge et odorante est utile dans des maladies sévères,
445. et combien d'utilité elle a en cas de maladie de Parkinson, d'hémiplégie et d'atteinte hépatique !

## TRANSCRIPTION

431. ويذهب القولنج لا محالة  
 432. مرطب مهيج الأوجاع  
 433. من كمّة ، كما اقتضى القياس  
 434. غذاؤه يصلح للمليح  
 435. من سلس وقالج صعب ردى  
 436. ودفع آفة السقام الطائفة  
 437. وما لها فى الطب من أحكام  
 438. فى آكله أدوية مختارة  
 439. وقوة لعصب الأجسام  
 440. بل فاقه عند ازدياد نفعه  
 441. من أجل ذا قمسى عظيم الجاه  
 442. للقلب والمعدة فيه تقوية  
 443. وينفع العيون والأذنان  
 444. تشفى العليل من عظيم الضر  
 445. لرعشة وقالج وكبد
- يفتح الكببد والطحال  
 والفطر المعروف بالفقاع  
 البرد طبعه كذا الترفاس  
 والشبت المعروف بالسليلى  
 بصره ينفع كل بارد  
 فيه دواء للسموم القاتلة  
 القول فى توابل الطعام  
 ليس فى الفلفل والحرارة  
 تقوية الشهوة للطعام  
 والذنجبيل مثله فى طبعه  
 فى خصلة الحفظ ويحث الباه  
 والزعفران فيه خير تنقية  
 يشفى الحما ويصلح الألوان  
 والقرفة الحمراء ذات العطر  
 وكم لها من خصلة فى الجسد

## LEXIQUE

- V. 432 الفقع = الفطر : Les champignons.  
 V. 433 كمّة = الترفاس : Les truffes.  
 V. 434 الشبت = السليلى : Aneth; plante qui se rapproche du fenouil. (Dr L. Leclerc dans «Kashf a r-rumûz».)  
 العليل : Le malade.  
 V. 437 التوابل : Les condiments, les épices.  
 V. 438 الفلفل : Le poivre (V. 131).  
 V. 440 الذنجبيل : Le gingembre. V. 204.  
 V. 442 الزعفران : Le safran (V. 75).  
 V. 444 القرقة : La cannelle (V. 80).

## TRADUCTION

416. son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer;
417. la variété nommée «al garnin» est de tempérament chaud et très doux.
418. manges en premier lors du repas, si tu crains le mal,
419. et le chardon est humide et froid,
420. en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.
421. Le fenouil est chaud et sec; c'est un remède contre le mal;
422. il effrite les calculs, convient à la vue, et met un terme à l'incontinence urinaire.
423. La chicorée est froide et sèche sans controverse,
424. elle refroidit, désobstrue, et éteint l'inflammation du foie.
425. La corète est froide et relâche,
426. elle est adoucissante et augmente la bile noire, n'en prenez donc, si possible, jamais;
427. cependant, elle étanche la soif brûlante et pour cela, elle plaît aux habitants d'Abyssinie;
428. la mauve lui est comparable au point de vue tempérament.
429. La bette est de tempérament chaud et sec et confère un tempérament sec à ceux qui en sont friands;
430. assaisonnée à l'huile, au vinaigre et aux graines de moutarde, elle constitue un remède parfait;

## TRANSCRIPTION

416. وقولنا شامده المرارة مزاجها اليبس مع الحرارة  
 417. الحر فيه ويسير اللين ومنه ما يعرف بالكربين  
 418. ان كنت تخشى صدمات الداء قدسه ان يكن مع الغذاء  
 419. كذا البرودة له منسوبة واحكم على الزرنخ بالوطية  
 420. عذب تقيه بالقياس الصانق اذ طمعه لدى الحكيم تذايق  
 421. فيه الشفاء من ضروب الباس والحر ثم اليبس في البسباس  
 422. ويحبس البول اذ البول قطر يفتت الحما وينفع البصر  
 423. للبرد واليبس بلا خلاف والهند بالمعروف بالتفاف  
 424. يطفى نارا اقيدت في السكبد مبرد مفتوح للسدد  
 425. في غرينا باردة مرغية والبايا المعروفة باللوخية  
 426. لا تقرينها ما استطعت ابدا لينة قد ما تهيج السودا  
 427. من اجل ذا تعجب اهل الحبش لانها تطفى لهيب المعطش  
 428. حقيقة في الطبع لا مجازا وقس عليها بقلة الخبازا  
 429. يطلق ييس الطبع باللوسة والسلق فيه الحر واليوسمة  
 430. بجره تظفر بالدواء بالزيب والخل وبذر للخرنبل

## LEXIQUE

- V. 417 الكربين : «Al Garnin» espèce de cardon sauvage.  
 V. 419 الزرنخ : Le chardon.  
 V. 421 البسباس : Le fenouil, foeniculum vulgare L. .  
 V. 422 البصر : La vue.  
 اذا البول قطر : Allusion à l'incontinence urinaire.  
 V. 423 الهندبا = التفاف : V. 231  
 V. 425 الباميا = اللوخية : La corète, Corchorus olitorius L. .  
 V. 428 بقلة الخباز : La mauve, les espèces les plus répandues sont Malva rotundifolia L., M. hispanica L., M. sylvestris L. .  
 V. 429 السلق : La bette (ou poirée) Beta cicla L. .

## TRADUCTION

401. Et la variété jaune «al muzaybal» («aux nombreuses palures») de printemps, est la moins chaude de toutes;
402. ainsi, la première variété atteint le quatrième degré (de chaud), profite de ces renseignements,
403. et la seconde (variété) est du troisième degré; la troisième (variété) est de degré inférieur à la précédente;
404. pour les personnes âgées et les pituiteux, il (l'oignon) représente un remède,
405. il guérit de la toux ainsi que des ulcères d'estomac, inhibe les poisons,
406. est très efficace contre les calculs rénaux et l'alopécie et convient à la rate.
407. *A propos des légumes sauvages.*
408. Le cardon ( ainsi que toutes ses variétés ), est d'une utilité évidente ;
409. son tempérament est chaud et subtile, manges'en donc sans crainte;
410. il élimine les humeurs et les gaz altérés et il est de al meilleure utilité pour l'évacuation des déchets,
411. il chasse l'odeur nauséabonde des aisselles, purifie le corps, et élimine mauvaises humeurs et putréfaction;
412. quant à la variété «afassân», elle est extrêmement sèche; et de toute évidence, elle dessèche les corps,
413. c'est pourquoi elle donne naissance à la bile noire et représente un remède pour les pituiteux;
414. sa correction est le sirop de vinaigre, ajoutez'en donc et laissez de côté les controverses;
415. il y a la variété nommée «tafghan» qui tanne les estomacs faibles,

## TRANSCRIPTION

401. أقل تمسخينا من الجميع  
 402. من نرج أفضد علوما نافعة  
 403. وثالث في الطبع دون الثانية  
 404. فيه الشفاء من ضروب السقم  
 405. يبطل صولة السموم المفسدة  
 406. وللطحال فيه خير أرب  
 407. حسبا يختار من مقول  
 408. يفضى لنفع بين فراعنه  
 409. مع الطعام خذه لا مخافة  
 410. وفيه للأدران خير فائدة  
 411. ويذهب الخلط الردي والعفن  
 412. ويجفف الأبدان دون ليس  
 413. وقد يرى للبلغمى دواء  
 414. فأهمل به ، ودع جدال المتري  
 415. وهي لمعدة الضعيف دابغة
- والأصغر للزبيلي الربيعي  
 فأول يبلغ حد الرابع عشر  
 والثاني في الثالثة الموالية  
 وللمشايع وأهل البلغم  
 يبرى السعال مع قروح المعدة  
 ولحصا الكلا وداء الثعلب  
 القول في البرى من القول  
 الخرشوف الفص على أنواعه  
 في طبعه الحر من اللطافة  
 يخرج أخلاطا وريحا فاسدة  
 ينفي الصنان ويطيب البدن  
 وإنزاع مقرط في اليبس  
 من أجل ذاك يحدث السوداء  
 أصلحه السكنجبير السكري  
 ومنه ما تعرفه بتأففة

## LEXIQUE

- V. 405 قروح المعدة : Les ulcères d'estomac.  
 V. 406 حصا الكلا : Les calculs rénaux.  
 داء الثعلب : L'alopécie (chute de cheveux).  
 V. 447 البر من القول : Les légumes sauvages (des champs).  
 V. 448 الخرشوف : V. 74.  
 V. 450 الأدران : Les déchets.  
 V. 451 الصنان : L'odeur nauséabonde des aisselles.  
 V. 452 الغزان : «Afazzân», Espèce de cardon sauvage, *Cynara scolymus*.  
 V. 465 تأففة : «Tâfgha», Espèce de cardon sauvage; probablement le *Cynara acaulis*: (Dr L. Leclerc dans «Khashf a r-rumûs»).

## TRADUCTION

386. leur tempérament est chaud et sec et ils guérissent les extinctions de voix.
387. La laitue est d'un tempérament humide et froid, et convient au traitement du fiévreux;
388. elle «diminue» le sperme, à l'opposé des carottes, et ses graines contiennent du froid.
389. Les carottes sont toutes de tempérament doux, en effet, elles sont aphrodisiaques.
390. Et ne te fies jamais aux aubergines, il n'y a pas de plus grand «malfaiteur» que celui qui en abuse;
391. elles sont aphrodisiaques de par leur tempérament sec et chaud, essayes donc de t'en abstenir;
392. (pour les préparer), coupes les et pâles les, puis mets les dans de l'eau et du sel....
393. et chaque fois que leur eau noircit, renouvèles la, puisse le mal t'épargner;
394. prépaes les avec beaucoup de gras telle que l'huile et le beurre rance;
395. la variété noire, aux graines peu nombreuses, est la meilleure, vient ensuite la variété à la peau fine;
396. la variété claire et grosse ainsi que la rouge, sont les pires; enfin vient la variété énorme de couleur jaune.
397. Les oignons sont chauds et secs et leur «force» est reconnue de tous;
398. ils rougissent le visage et favorisent la production de sperme; leur suc est utile contre les maladies oculaires;
399. la variété rouge d'été est la plus chaude et nuit aux sujets maigres,
400. la variété blanche d'été à la grosse taille est moins chaude, d'après les hommes de sciences,

## TRANSCRIPTION

386. يطلق أصواتا غيت محبوسة  
 387. يصلح للمحروور في علاج  
 388. والبرز منه بالبرودة حر  
 389. إذ هو معوان على الجماع  
 390. ما مثل من يكثره من جان  
 391. فصد عنه نفسك الامارة  
 392. ماء وملح كي باصلاح تقي  
 393. جدد له الماء هداك الداء  
 394. في طبخه كالزيت أو كالسمن  
 395. احسنه ثم الرقيق القشسر  
 396. اخبث ، ثم العظيم الأصفر  
 397. قوته مشهورة محسوسة  
 398. وماؤه يبرئ سقام الأعين  
 399. فطالما أولى النحيف ضحرا  
 400. أقل حرا ، قال أهل العلم
- مزاجه للحر واليبوسة  
 والقش رطب بارد المزاج  
 وينقص المني عكس الجزر  
 واللين في الجزر بالاجماع  
 لا تركن يوما لبانجان  
 يردى الحجا باليبس والحرارة  
 قطعه وانزع قشره واجعله في  
 وكلما اسود عليه الماء  
 واستعملته بكثير الدمن  
 والاسود اللون قليل البذر  
 والاشهب الغليظ ثم الاحمر  
 والحر في البصل واليبوسة  
 يحمر الوجه وينفع المني  
 والاحمر الصفي اشد حرا  
 والابيض الصفي الغليظ الجرم

## LEXIQUE

- V. 387 الخس : La laitue, la salade.  
 V. 388 الجزر : Les carottes.  
 V. 389 البانجان : Les aubergines (v. synonyme V. 137).  
 V. 397 البصل : L'oignon.  
 V. 398 سقام العين : Les maladies oculaires.



## TRADUCTION

371. sa peau et ses graines sont de tempérament sec quant à sa chaire, elle, est humide;
372. son odeur met la joie au cœur et dissipe chagrins et soucis ;
373. de par son goût acide, il est semblable aux «al-lim», en tempérament et en bienfaits.
- 374 — 375 *Apropos des légumes verts des jardins.*
376. Les navets sont de tempérament sec et chaud et embellissent le corps;
377. les meilleurs sont, d'après le médecin, ceux de la variété «baladi»; ils guérissent des calculs et débloquent;
378. ils jouissent d'une couleur blanc-rosée et de feuilles vertes comme l'émeraude;
379. puis vient la variété «al mashkûr», puis la variété «al mahfûr»;
380. ces deux dernières sont des aliments lourds et provoquent un mal sévère.
381. Les radis sont digestifs, carminatifs, et débloquent le sujet sain des poisons;
382. bien qu'aidant à la digestion des autres aliments, leur propre digestion est lente;
383. prends les à la fin du repas comme un remède contre la jaunisse et l'obstruction.
384. Il ya contre les choux, une mise en garde pressante, et certains disent qu'ils ne font aucun bien;
385. cependant, leur préparation en salade au vinaigre de vin convient à la rate;

## TRANSCRIPTION

371. واللحم ذو رطوبة محسوسة في قشره وبزره اليبوسة  
 372. يزيل عنه نكدا وترصا وشمه يولى الفؤاد فرحا  
 373. في طبعه ونفعه المميم حماضه الداخلى مثل اللبم  
 374. كما اقتضته حكمة العقول القول في الخضمر والبقول  
 375. وما به عمارة القدان كلامنا منها على البستاني  
 376. يعطى الجسم الحسن والنضارة اليبس في اللقت مع الحرارة  
 377. يشفى الحسا مفتوح للسدد وخيره عند الحكيم البلدى  
 378. في ورق خضر كما الزبرجد يزمو بلوناً أبيض مود  
 379. وبعدها هذا الأحرش المحفور وبمده في الرتبة المشكور  
 380. يفنى لخير خطبه جليل كلاماً غداؤه ثقيل  
 381. ويطرد السم على الصحيح والفجل ماضم مزيل الريح  
 382. ومضمه لنفسه عسير فهضمه لغيره كثير  
 383. للسريقان والمفتح السبب خذه نواء فوق أكل ترش  
 384. بل قال قوم : ليس فيه منفعضة وفي الكرب حميات مسرعة  
 385. تيا ملمسة الطمس يرى لكن أخذه بخل خمير

## LEXIQUE

- V. 374 القول : Les légumes verts ....  
 البستاني : Des jardins.  
 V. 376 اللقت : Les navets...  
 V. 377 البلدى : ... «du pays», variété locale de navet, c'est l'espèce cultivée = «al baladi».  
 V. 378 الزبرجد : Signifie le topaze (pierre précieuse de couleur jaune); mais signifie aussi la chrysolite et l'émeraude (qui sont, elles, des pierres de couleur verte, comme les feuilles).  
 V. 379 المشكور : «Al Mashkûr», («la prisee»), variété locale de navet.  
 المحفور : «Al Mahfûr» (le navet «qui s'enfonce en terre»), c'est une espèce sauvage de navet.  
 V. 381 الفجل : Les radis.  
 V. 384 الكرب : Le chou.  
 V. 385 خل خمير : Le vinaigre de vin.

## TRADUCTION

356. Ils fortifient, d'après les connaisseurs, un estomac affaibli par un excès de chaleur.
357. ils sont très utiles en cas de constipation tenace, d'ulcère des intestins et de menorrhagie.
358. L'azerole est de tempérament froid et sec, pour cette raison, elle convient aux fiévreux;
359. elle est antidiarrhéique et guérit de l'incontinence urinaire.
360. *A propos des fruits d'hiver. Leurs méfaits et leurs avantages.*
361. Les olives vertes non mûres, sont un remède pour les viscères grâce à leur tempérament froid et protecteur;
362. Les olives noires, mûres, sont d'un tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer;
363. les (olives) confites sont excellentes et à ne pas négliger,
364. elles ouvrent l'appétit car elles sont de digestion rapide.
365. les citrons «al-lim» et les oranges amères servent au froid et contiennent des remèdes appréciables;
366. les sucrés parmi eux rétablissent l'équilibre (des tempéraments), et tous sont des remèdes;
367. ils étanchent la soif ardente, et on en frotte les tâches cutanées ....
368. La peau des oranges amères apaise la douleur des entrailles et combien d'évanouissements elle a vaincu !
369. elle élimine la pituite et traite l'indigestion ainsi que les rhumes de cerveau dus au froid.
370. La force du cédrat provient des différents éléments qui y sont contenus;

- V. 365 النارج : L'Orange amère bigarde, fruit du bigaradier ou *Citrus vulgaris* Risso..  
 الليم : V. 95 «Al-lim».
- V. 367 كلف : Tâches hyperpigmentées (ex = cloasma, tâches de rousseur ...).  
 يرش : Bigarré, bariolé ; anomalie de la pigmentation cutanée.
- V. 369 نزلات الرأس : Les fluxions de tête ou rhume de cerveau
- V. 370 الاترج : Le cédrat, fruit du cédratier, *Citrus medica* Risso..

## TRANSCRIPTION

356. فهو يقوى عند امل السر  
 ينفع جدا ببسبر قبض  
 357. من قرحة المعى ونزف الحيض  
 والبرد ثم اليبس في الزعرور  
 358. من اجل ذا يلقي بالصرور  
 يقبضه يبرى من الاسهال  
 359. يكف داء سلس الايسوال  
 القول في فواكه الشتاء  
 360. في دائها المصثور والنواء  
 الاحمر الفج من الزيتون  
 361. يبرى الحشا بيرده المصون  
 والاسود الناتج ذو حرارة  
 362. مزاجه دليها المرارة  
 والشامخ الاحمر والمخلل  
 363. كلامها معتبر لا يهمل  
 يفتتان شهوة الطمام  
 364. شانها سرعة الانضمام  
 والليم والنارنج للبرودة  
 365. وفيها انوية مملوءة  
 والحلو منها للاعتدال  
 366. والكل في العلاج ذو كمال  
 يدفع داء لهب وعطش  
 367. يطلى به كلف وبرش  
 وقشر نارنج يزيل الفصا  
 368. وطالما من غشيان خلصا  
 يزيل بلغما ويذهب التخم  
 369. ونزلات الرأس عن برد ألم  
 وقوة الاترج قد تركبت  
 370. في ضمنه امزجة قد حبست

## LEXIQUE

- V. 357 قرحة : Ulcère.  
 المعى : Les intestins.  
 نزف الحيض : Hemorragies de la menstruation = règles  
 abondantes (ménorrhagies).  
 V. 358 الزعرور : L'Asérole, fruit de l'asérolier, Crataegus  
 Azarollus L.  
 V. 359 فواكه الشتاء : Les fruits d'hiver.  
 V. 361 الزيتون : Les olives.  
 V. 362 المرارة : Le goût amer.

## TRADUCTION

341. elles ne conviennent pas bilieux dont elles transforment rapidement le sang en bile noire;
342. corrige les avec du sirop de vinaigre, tu préviendras ainsi le mal.
343. *A propos des fruits «apéritifs» (sauvages).*
344. L'arbouse neutralise les poisons;
345. elle est de tempérament froid et sec et donne beaucoup de gas;
346. ses feuilles guérissent les inflammations ainsi que les douleurs,
347. sa résine déjoue la magie et soigne des hémorroïdes.
348. Le fruit du palmier nain (al ghâz) a une tendance froide, cependant il présente des qualités appréciables;
349. il fortifie les gencives, tanne l'estomac et a une action antidiarrhéique;
350. pris avant le repas, il est astringent, et guérit même, parfois, de l'incontinence urinaire;
351. il en est de même pour les dattes jeunes («balah») au point de vue tempérament et bienfaits.
352. Les glands sont froids et secs d'après les livres de médecine;
353. ils sont efficaces contre les hématomèses, les hémorragies, l'incontinence urinaire, ils sont astringents et mettent fin aux expectorations.
354. Les jujubes (sauvages) sont d'un tempérament froid et sec, de combien de bien-être ils sont responsables et combien de maux ils préviennent !
355. En tisane, ils arrêtent la diarrhée et stabilisent le «caractère»;

- V. 352 البلوط : Les glands, (fruits du chêne).
- V. 353 نفث : Vomissement, hématemèse.
- نزف : Hemorragie.
- سلس : Incontinence urinaire.
- قيح : Expectoration, vomissement.
- V. 354 النبق : Jujube, fruit du jujubier sauvage, Ziziphus  
Napéca Lam.

## TRANSCRIPTION

- ولا يليق بنوى الصفراف  
 341. وحمسه يسرع بالسوداء  
 اصلحه بالسكنجبين السكر  
 342. من بعده تأمن شروب الضرر  
 القول في الفواكه الشهية  
 343. كلامنا فيه على البرية  
 اما الجننا التي تسمى سامنو  
 344. فللسموم دافع مستحسن  
 وطبعه للبرد والليوسنة  
 345. يملث ريحا جمة محسونة  
 ورقه يحلل الأوراما  
 346. ويذهب الأوجاع والالاما  
 وصفه يبطل فصل السحر  
 347. يشقى من لباسور كل ضر  
 الغاز مائل الى البرودة  
 348. لكنه فيه خصلة محمودة  
 شد اللثا مع دبح المعدة  
 349. وفيه للاسهال أى فائدة  
 قبل الغذاء يملك الاسهالا  
 350. وربما قد أمصك الأبالا  
 ومثل هذا بلح النخيل  
 351. فى طبعه ونفعه الجليل  
 والبرد فى البلوط واللبس كما  
 352. قرر فى مصنفات الحكا  
 ينفع من ثلث وثلث وثلث  
 353. ويعقل البطن ويمنع القلس  
 والبرد واللبس مزاج النبق  
 354. كم راحة يمدى وكم ضر يقى  
 سويقة يبرى من الاسهال  
 355. ويجنب الطبع للاعتقال

## LEXIQUE

- V. 343 فواكه الشهية : Les fruits «apéritifs»...  
 البرية : ... Sauvages (des champs).  
 344 ساسنو : Arbrouse, fruit de l'abrousier, Arbutus Unédo L.  
 347 السمر : La magie.  
 348 ياسور - بواسر Hemorroïdes.  
 348 الغاز : «Al Ghâz», fruit du palmier nain, Cham-aerops humilis.  
 349 اللثا : Les gencives.  
 351 بلح «Balah», nom donné aux dattes jeunes.



## TRADUCTION

326. elles provoquent des maladies comme la fièvre putride, immédiatement ou après quelque temps;
327. et, bien qu'elles permettent de refroidir les bilieux, elles causent les pires des maux;
328. pour les corriger, prends, après leur ingestion, du miel et du mastic, cela préviendra le mal.
329. Les amandes sont d'un tempérament chaud et doux et leur bienfait immense a été constaté par tous;
330. elles guérissent la toux, fortifient les reins, et préservent la santé;
331. les amandes épluchées et écrasées (le lait d'amandes) sont efficaces contre tout mal localisé aux viscères;
332. et ce que j'ai noté à propos des amnades, comme tempérament et comme bienfait est aussi valable pour les noix.
333. Les jujubes (cultivés) sont d'un tempérament équilibré et sont très bénéfiques contre la toux,
334. ils soignent les maladies rénales et hépatiques ainsi que l'ébullition du sang due à une «humeur» dépravée.
335. Le caroube est de tempérament chaud et sec; sa digestion est difficile;
336. il donne lieu, s'il est digéré, à une humeur bénéfique est c'est un astringent en cas de diarrhée.
337. Les dattes ont une tendance chaude et représentant un aliment très riche;
338. c'est un remède de la poitrine contre la toux, ainsi que de la paralysie faciale et de l'hémiplégie mortelle;
339. elles nettoient les viscères des déchets de la pituite et font abonder le sang dans l'organisme;
340. cependant, elles nuisent aux dents et provoquent du prurit;

## TRANSCRIPTION

326. في الحين أو بعد مضي زمن  
 327. مبردا يحدث شر داء  
 328. ومصطكى لدفع داء معضل  
 329. قد جرب القوم عظيم نفعه  
 330. ويحفظ القوة عند من بلى  
 331. من كل داء في الحشا مستجلب  
 332. طبعا ونفعا مثله في الجوز  
 333. وهو عظيم النفع للسعال  
 334. وغليان الدم بالخلط الردي  
 335. وهو عسير الهضم ذو خطوب  
 336. ويمقل البطن إذا حل السقم  
 337. يفتنوا غذاء بين الفزارة  
 338. ولقوة وقالج قتال  
 339. ويمنح الأجساد افراط الدم  
 340. ويكثر الكمة في الأبدان
- يحدث أمراضا كحمى العفن  
 فهو وإن كان لدى الصغراء  
 أصلحه بعد أكله بمصسل  
 واللوز حر لين في طبيعه  
 يرى السعال ويسمن الكلا  
 والنفع في القشور والمستحلب  
 وكل ما قدمته في اللوز  
 واحكم على العناب باعتدال  
 يذهب أمراض الكلى والكبد  
 والحرثم اليبس في الخروب  
 يصير خلطا جيدا إذا انهضم  
 والتصر مائل إلى الحرارة  
 فيه شفاء الصدر والسعال  
 ينقي الحشا من فضلات البلغم  
 لكنه يفسر بالأسنان

## LEXIQUE

- V. 326 حمى العفن La fièvre putride.  
 V. 329 اللوز : V. 256  
 V. 332 الجوز V. 55  
 V. 333 العناب : Jujubes, fruits du jujubier cultivé = *Rhamnus Zizyphus* L., appellation vulgaire «Az-Zafzâf».  
 V. 334 الخلط : l'Humeur (dans le sens des tempéraments, V. principes M.A.).  
 V. 335 الخروب : Le caroube, fruit du caroubier, *Cerastonia siliqua* L.  
 V. 337 اللوز : Les dattes.  
 V. 240 السنان : Les dents.  
 الكمة : Les démangeaisons, le prurit.

## TRADUCTION

311. c'est pour cela qu'elles enflent les ventres, humidifient et adoucissent;
312. elles adoucissent les poitrines avec mesure, et leur sirop est efficace contre la toux.
313. corriges leurs inconvénients en ajoutant, soit de la poudre de thym pour le sujet de «caractère» froid,
314. soit des grains de gingembre pour celui dont le «caractère» est de toute évidence chaud.
315. Quand aux coings, ils sont reconnus comme étant de tempérament froid et sec;
316. pris avant le repas, ils sont astringents, et pris après ils sont adoucissants;
317. ils apportent un renforcement appréciable à l'estomac fragile, grâce à leur effet de tannage;
318. et si quelqu'un, en ayant trop mangé,
319. passe la nuit sujet à des douleurs internes et à l'indigestion, fait le vomir, tu le guériras.
320. Les grenades, aussi bien les (variétés) sucrées que les acides, sont d'un tempérament froid,
321. cependant les acides sont sèches et les sucrées sont humides;
322. toutes les deux (variétés) éliminent l'excès de chaleur du corps; les sucrés sont digestives, dissipent la tristesse;
323. et provoquent la soif comme il est connu de tous .. étrange qu'un aliment froid puisse donner soif !
324. Que celui qui a une diarrhée, les mange avec leurs peaux pour se soigner.
325. Quant aux pêches elles ne font aucun bien, déconseillées les donc à ceux qui les apprécient;

## TRANSCRIPTION

311. ويحدث التريط واتليننا  
 312. وريه يصلح للسعال  
 313. للبارد الطبع تقلى بالطور  
 314. لمن على مزاجه الحريين  
 315. وييسه لدى المزاج المعتبر  
 316. ويعسده يفيسده تليينا  
 317. بدبغة تقوية لطيفة  
 318. فى اكله جدا بلا قياس  
 319. مره يقى كى يزيل سقمه  
 320. كلامها فى الطبع باردان  
 321. والحو ذو رطوبة محسوسة  
 322. والحو هاضم مزيل الحزن  
 323. فاعجب لبارد يهيج العطشا  
 324. بتقله ليعرض اعتقال  
 325. فكن لمن يهواه ذا ملامة
- من أجل هذا ينفخ البطون  
 يلين الصدر بالاعتدال  
 اصلح اذاه باستفاف الزعفر  
 والسبزوى من السكنجين  
 اما المفرجل فبرده اشتهر  
 قبل الطعام يحبس البطون  
 يحدث فى المعدة الضعيفة  
 وربما امسك بعض الناس  
 قيات حلف مقص أو تخمة  
 والحو والحامض من رمان  
 لكنما الحامض لليوسمة  
 كلامها يذهب حر البدن  
 معطش وذامن الجل فشا  
 ليتلمه من به اسهال  
 والسخوخ لا يعقبه سلامة

## LEXIQUE

- V. 311. بطن - بطون : Ventre.  
 V. 313 استفاف : (Médicament) en poudre.  
 V. 314 السكنجين : Il ya parfois une confusion avec  
 il s'agit ici du gingembre car l'auteur parle de «grains».  
 V. 317 دبغ : Tanner.  
 V. 319 مقص : Douleur des entrailles.  
 تخمة : Indigestion.  
 يقىء : du verbe vomir.  
 V. 320 الرمان : Les grenades  
 V. 324 اسهال : Diarrhée.  
 V. 325 السخوخ : Les pêches.

## TRADUCTION

296. et tous ceux (les raisins) qui ont un goût acide ont une tendance froide, comme c'est le cas pour le verjus;
297. leur action est donc identique à celle du jus de citron («allim») d'après ce qu'en a dit un grand médecin;
298. et plus ils sont à proximité de la terre, leurs ceps chargés des fruits pendants,
299. plus ils sont lourds car altérés par la terre, comme il se révèle à leur ingestion;
300. et plus ils sont hauts sur leurs branches ou grimpent sur des grands arbres tels que les chênes,
301. plus ils sont légers, non atteints par la terre et améliorés par les vents;
302. et tous ceux qui restent jusqu'au mois de janvier sur la vigne, ne présentent aucun avantage.
303. Ils boivent une eau nouvelle, méfies toi donc, puisses-tu être guidé, de leur poison violent,
304. Leur eau nouvelle se mêle à l'eau de l'an passé et ils (les raisins) sont alors comparables au nourrisson allaité par une mère enceinte.
305. Les raisins secs sont d'un tempérament chaud et (rendant) mou; ils sont exempts de putréfaction;
306. la variété rouge fait grossir, mais la variété noire est plus chaude.
307. Quant aux figues, il en existe une variété blanche teintées de rouge, une noire et une verte;
308. et pour toutes ces variétés, elles font moins de mal quand elles sont épluchées;
309. elles adoucissent le «caractère», aident à grossir et sont bénéfiques pour la puissance sexuelle;
310. toutes sont d'un tempérament chaud et humide et donnent des gaz;

## TRANSCRIPTION

296. مال الى برودة كالمصبرم  
 297. كما أتى عن ماهر حكيم  
 298. وكان في نزجونه داني الجنا  
 299. وثقله مشامد في الاغذية  
 300. أو طایل الأشجار كالكريش  
 301. ملطف مروق بالأهوية  
 302. في كرمه فهو من النفع برى  
 303. فاحذر هديت سمعه الشديددا  
 304. يمزج فهو كرضيع مقيل  
 305. مزاجه خال من العفونة  
 306. لكنما الاسود منه أسخن  
 307. ومنه مسود ومنه أخضر  
 308. أقل استمرارا بلا خلاف  
 309. في قوة الجماع فعله حسن  
 310. والريح قد ما تقتري غروبه
- وكل ذي حموضة في المطعم  
 ففعله فعل شراب الليم  
 وكل ما من التراب قد بنا  
 فهو ثقيل كثرة الأرضية  
 وكل ما يعلو على العريش  
 فهو خفيف لم تصبه أرضيه  
 وكل ما يبقى الى مجنبر  
 يشرب ماء صاعدا جديدا  
 جديده بماء حمام أول  
 وفي الزبيب الحر واللدونة  
 أحمره للتسمين فيه بين  
 والتين منه أبيض معصر  
 وكل مقشور من الأصناف  
 يلبس الطبع ويورث للمعن  
 وكله للحر والرطوبة

## LEXIQUE

- V. 298. : Les ceps de vigne.  
 V. 300. الكريش : Le chêne.  
 V. 304. الرضيع : Le nourisson ....  
 المقيل : ... allaité au lait de sa mère alors que celle-ci  
 est de nouveau enceinte.  
 V. 309. قوة الجماع : La «force» sexuelle.

## TRADUCTION

281. elle refroidit et adoucit car son tempérament est humide;
282. il en est de même pour la variété «ar-rûmi» qui a le même tempérament ;
283. quant à la variété ronde, blanche et grande, plus que toutes les autres, elle est très douce,
284. on l'appelle communément la citrouille et elle supprime les crises de la bile jaune;
285. chez nous, elle est connue sous le nom de «al bazzâm» 'entre autres appellations.
286. Le «as-sabiti» est très lourd, n'en abuse donc pas;
287. il engendre de la pituite mauvaise et visqueuse, quel bien peut-on donc en espérer ?
288. Il est plus connu sous le nom de «al bsihsi»; n'en manges donc pas trop par mesure de prudence.
289. *A propos des fruits d'automne.*  
Je les ai réunis dans un agréable poème.
290. Toutes les variétés de raisin sont de tempérament humide.. et sont bons à manger;
291. plus il (le raisin) est blanc et plus sa peau est fine, de meilleure qualité il est,
292. et plus il est noir plus il est chaud; n'aie donc crainte, tu n'en expérimenteras aucun mal;
293. le rouge a un tempérament équilibré, et contient les plus précieux bienfaits;
294. la peau et les pépins donnent des gaz nuisibles pour le corps,
295. et les deux sont indigestes et occasionent des gargouillements gênants;

## TRANSCRIPTION

281. إذا المزاج منه رطب بين لأنسه ميسره ملين  
 282. بقرب من مزاجه المعلوم كذا الذي نعرفه بالرومي  
 283. فوق الجميع لينه كثير والمستدير الأبيض الكبير  
 284. وهو مزيل صولة الصقراء يعرف في الحديث بالنباه  
 285. من جملة الألقاب والتسامي وعنها يعرف بالبرزام  
 286. فلا تجاوز في غذاء حسدا ان السببتي ثقيل جدا  
 287. فأى نفع من قواه يرتجى يحدث بلفس خبيثا لزجا  
 288. ففر من تكثيره واحترس يعرفه الأكثر بالبسيبي  
 289. جمعتهما في وجز لطيف القول في فواكه الخريف  
 290. رطب المزاج نو غذاء طيب فكل صنف من صنوف العنب  
 291. ينقص شرا أو يزيد خيريه وكل ما أبيض ورق قشره  
 292. فلا تخف ما عشت منه ضرا وكل ما أسود يزيد حرا  
 293. على نفاس المنافع اشتمل والأحمر اللون مزاجه اعتدل  
 294. ريحا تثير السقم في الأبدان والقشر والعجم يولدان  
 295. ويحدث القراقر الملاممة كلامها يغلب فعل الهاضمة

## LEXIQUE

- V. 282 القرع الرومي : Variété de courge = «Ar-Rûmi.  
 V. 284 الدباء : Le potiron, la citrouille = Cucurbita Lagenaria.  
 Dubba.  
 صولة : Attaque violente, soudaine = crise.  
 V. 286 السببتي : Indéterminé; probablement une variété de courge.  
 V. 289 فواكه الخريف : Les fruits d'automne.  
 V. 290 صنف : Variété, espèce.  
 العنب : Le raisin.  
 V. 294 القشر : Les peaux.  
 العجم Les pépins  
 V. 295 القراقر : Les gargouillements abdominaux.



## TRADUCTION

266. *A propos des fruits du potager.*
267. Les concombres sont froids et doux, cependant ils provoquent la production de bile;
268. ils étanchent la soif intense et refroidissent l'ébullition du sang;
269. de l'avis général, manges les avec leur peau, ce qui permet une élimination rapide avant qu'ils ne nuisent;
270. ajoutes (ô frère), à leur jus, puisses tu être guidé, son poids de sucre,
271. et bois-en, cela purge des déchets de la bile jaune et de la bile noire.
272. Et tout ce que j'ai dit à propos des concombres, comme avantages et comme méfaits,
273. est valable pour le concombre serpent, (puisses-tu continuer à guérir des maux rebelles);
274. corrige les, pour les bilieux avec du sirop de vinaigre, et pour les pituiteux avec des conserves de rose.
275. Les melons sont froids et (rendent) mous et sont donc cause de putréfaction;
276. ils adoucissent le «caractère», permettent l'élimination des calculs, et combien de personnes en rétention d'urine ils ont guéri;
277. il est bon d'en manger entre deux repas. Comme ces derniers, les pastèques sont humides,
278. prends-en avant le repas et après, tu n'auras alors aucun mal;
279. corrige les avec du sirop de vinaigre (sus-cité), et n'en méconnaiss pas l'avantage.
280. La courge nommée «as-salâwi» convient comme nourriture et comme remède;

اللينة : La mollesse, relatif au tempérament (V. principes de la M.A.).

V. 276 الحصا : Les calculs.

اسر يول : Rétention urinaire.

V. 277 الدلاج : Les pastèques.

V. 280 القرع : Courge = Cucurbita.

السلوى : v. 75.

## TRANSCRIPTION

266. فاكرو منه جملة يسيرة      القول في ما تتميز البجيرة  
267. لا تكه يفضى الى المرار      البرد ثم اللين في الخيار  
268. وغليان الدم بالثيريد      يطفى لهيب العطش الشديد  
269. يخرج بالاسراع قبل ضربه      والرائ أن تاكله بقشعره  
270. عليه ، هببت وزنه من حبيبر      اخلف اذى لمانه العتصير  
271. بسرعة وعفن المسوداء      واشربه تسهل عفن الصفراء  
272. من نفع اكله ومن اغصبار      وكل ما ذكرت في الخبيبار  
273. لا زلت تبرى معضلات الداء      احكم به في الطب للقتاء  
274. ولبنوي البلغم بالجلنجين      اصليح لذي الصفراء بالمكنجين  
275. من اجل ذا تعقبه عفونة      والبرد في البطيخ والدونة  
276. كم مشك من اسر بول خلصا      يلين الطبع ويخرج الحصا  
277. كذلك الدلاع رطب مثله      بين طمسامين يلقى اكله  
278. وبمده فما عليك من ملام      خذه فدتك النفس من قبل الطعام  
279. سكنجين لا توارى فعله      اصلحه وما ذكرت قبليه  
280. يصلح للغذاء والتداوى      والقرع المصروف بالسلاوى

## LEXIQUE

- V. 266. ما تتميز البجيرة : Les fruits du potager (cucurbitacées).  
V. 267. الخيار : Les concombres : Cucumis satives.  
V. 268. غليان الدم : Les sang en ébullition.  
V. 271. تسهل : a le sens de purgation.  
V. 272. القباء : Variété de concombre longue et flexueuse = «concombre serpentín», Cucumis flexuosus L., appelé vulgairement «Al-Faggús».  
V. 274. السكنجين : Le sirop de vinaigre ou oxymel (vinaigre et miel).  
V. 275. البطيخ : Le melon, Cucumis melo L.

## TRADUCTION

251. viens ensuite la «bâlûti à la couleur noire; sois conscient de ses avantages;
252. par contre, les autres variétés provoquent la production de bile , constatée à plusieurs reprises.
253. Quant au fruit nommé «al bâkûr» (figues précoces), il a un tempérament non recommandable,
254. en effet, durant l'hiver, il est figé sur sa branche comme un fœtus qui «dort»,
255. jusqu'à ressentir de nouveau la chaleur; maffies toi, son poison caché n'a pas son pareil;
256. son antidote en est les amandes et l'anis, qui le corrigent au mieux.
257. Le tempérament de la poire est froid et sec, elle a un très bon goût et une merveilleuse odeur,
258. cependant la variété «bânuj» est de tempérament humide et sa chaire recèle un jus merveilleux,
259. On aurait dit qu'elle a été trempée dans du sucre et de l'eau de rose à l'odeur d'ambre,
260. elle renforce l'estomac et rafraîchit beaucoup la «brûlure» des ~~coeurs~~;
261. Les pommes acides sont de maladies et sont à éviter,
262. il en est de même pour les (pommes) vertes, lourdes et constipantes; les pommes acides sont de tempérament sec et froid;
263. Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre, mais ne sont pas exemptes de chaud;
264. le sage (médecin) classe en premier la variété «sarîji», salubre pour celui qui en mange,
265. dont l'odeur renforce le coeur et le sirop réjouit.

- V. 256 اللوز : Les amandes (fruit de l'amandier).
- اليسون : Anis, *Pimpinella anisum* L., on utilise son fruit qui est en forme de graine = grains d'Anis.
- V. 257 الكمثرى : La poire.
- V. 258 البانج : Variété de poire; «al bânûj».
- V. 259 العنبر : L'ambre, qui est produit par l'intestin du cachalot; il est recueilli sur les rivages marins, notamment au Maroc.
- V. 261 التفاح : Les pommes.
- V. 262 قابض : Astringent, antidiarrhéique; ici, constipant.
- V. 263 الاعتدال : L'équilibre; (tempérament), V. principes de la M.A.
- V. 264 السريج : Variété locale de pommes; «as-sarij».
- V. 265 اليرب : Le sirop,

## TRANSCRIPTION

251. كن واعيا لحكمه المشروط وودنه الأسود والبوطي  
252. قد جريت انعماله مرارا وغير هذا محدث مرارا  
253. ففيه طبع ليس بالمشهور اما الذي يعرف الباكور  
254. في عوده ، مثل جنين قد رقد لانه وقت الشتاء قد جمد  
255. فسمه الخفي ما له شبهه حتى اذا احس بالحر انتبهه  
256. مما انه اصلح ما يكون ترواقه لوز وانيسون  
257. وان حلا طعما وفاح عطرا والينزله ثم اليبس في الكمثرى  
258. بجرمه مائيه مشوية لاننا للبانونج للوطوبه  
259. وماء ورد فيه ريح العنبر كاضما قد مزجت بالسكر  
260. مبرد جدا لهيب الالفئدة في اكله تقوية للمعدة  
261. داعي السقام عادم الصلاح وكل حامض من التفاح  
262. واليبس والبرد مزاج الحامض كذلك الفسج غليظ قابض  
263. وليس من حرارة بخال والعلو مائل للاعتدال  
264. فيه لمن ياكله تفريح قال الحكيم خيره السريح  
265. وربه فيه السرور بساد في شمه تقوية الفؤاد (١)

## LEXIQUE

- V. 251 البوطي : Variété de prunes, «al baïtî».  
V. 252 مرارا : Bile, fiel.  
V. 253 الباكور : Figues précoces (premier fruit du figuier offrant une double récolte); «al bâkûr».  
V. 254 جنين : Fœtus.  
الراقد : qui dort ... (— allusion à la mort fœtale ... , à l'utérus myomateux .... ?).

(1) Ce Vers manque dans la copie (A).

## TRADUCTION

236. *A propos des fruits du verger et de la plus part de ce qui se cueille (des branches).*
237. la saison d'été connaît des fruits excellents, au sujet desquels nous dirons quelques mots.
238. Les premiers à paraître, les mûres, sont un aliment de valeur;
239. elles sont adoucissantes grâce à leur chaleur et leur douceur n'ignorez pas leurs bienfaits évidents;
240. manges'en sur un estomac vide et tu profiteras d'une douceur réjouissant le coeur,
241. n'en prends pas par dessus les aliments car ceci mène à la maladie.
242. Viennent ensuite les abricots, froids et humides, qui provoquent la putréfaction et nuisent.
243. ils ruinent la santé du pituiteux, sur l'heure ou dans les mois à venir;
244. on les corrige avec des conserves de gingembre ou des conserves de roses millées, d'après un connaissant.
245. Les cerises ont un tempérament froid et humide, ne néglige donc pas leur bienfait énorme;
246. elles paient aux méfaits de la bile jaune, développent toutes les parties du corps,
247. éliminent les évanouissements, assouvissent la soif, et grâce à elles, le coeur se réjouit;
248. la résine de leur arbre guérit la toux et «augmente» le sperme chez l'homme.
249. Les prunes jouissent du même tempérament (que les précédents), ainsi que d'un goût et d'une couleur agréables;
250. la première variété est celle «de Valence» qui élimine tout excès de chaleur et de sec.

## TRANSCRIPTION

236. وجل ما يقطف من اغصان  
237. نذكر منها جملا مختصرة  
238. وحكمه مقدر منعوت  
239. لا تغفلن عن نفعه المبين  
240. تفز بتلين يسر الأفتدة  
241. فانه دأع الى السقام  
242. رطب معفن مرخ مفسد  
243. في العين أو بعد شهو آتية  
244. أو الجلجين خذه عن نبيل  
245. رطب فلا تهمل عظيم نفعه  
246. مخصب لجملة الأعضاء  
247. به من الكروب الفؤاد ينمض  
248. ويكثر المني للرجسال  
249. مذاقه ولونه يروق  
250. يفتح كل سفنة ويبس
- القول في فواكه الجنان  
في الصيف نعيم معتبرة  
أول ما يبس ولينا التوت  
مرطب بعصره واللين  
خذه إذا على خلام المدة  
لا تأخذ التوت على الطعام  
وبعده الشمش وهو بارد  
يفنى القوى بيلغم ذي دامية  
اصلاحه اكل مري الزنجبيل  
حب الملوك بارد في طبعه  
يقمع شر فضلة السفراء  
ينقى خروب الغشيان والمطش  
وصفه يبرى من السعال  
ومثله في طبعه البرقوق  
اجلسه اكره البلنسى

## LEXIQUE

- V. 236 : فواكه الجنان : Les fruits du verger.  
V. 238 : التوت : Les mûres (fruits du mûrier).  
V. 242 : الشمش : Les abricots (fruits de l'abricotier).  
V. 244 : مري : Conserve de...  
الجلجين : Conserve de rose miellée.  
V. 245 : حب الملوك : Les carises (fruits du cerisier).  
V. 248 : الصمغ : La gomme, la resine (ici, du cerisier).  
المني : Le sperme.  
V. 249 : البرقوق : Les prunes.  
V. 250 : البلنسى : «De valence», variété de prunes.



## TRADUCTION

221. étant cause des pires maladies comme la pleurésie et l'hydropisie,
222. et combien de fois, ils ont été à l'origine de sciaticues; celui qui en abuse fait donc erreur.
223. A propos du gibier (à poil) des montagnes et des campagnes.
224. La chaire de gazelle donne naissance à la bile jaune et parfois même à la bile noire,
225. c'est pour cette raison qu'elle convient aux pituiteux, chez lesquels elle apaise efficacement la douleur.
226. Le loup est chaud et sec, il réchauffe, et son bienfait pour le foie est flagrant,
227. étant actif contre la jaunisse, l'hydropisie et toutes les maladies du foie.
228. Le tempérament du renard est chaud et sec et, pour quelques rares personnes, il est de la plus grande utilité,
229. contre l'hydropisie, les rhumatismes, la maladie de Parkinson et l'hémiplégie qui dure.
230. Le lièvre est chaud et humide, il réveille la douleur puis la tristesse;
231. on le corrige avec de la chicorée ou du vinaigre, à lui associer au moment du repas.
232. Le harisson est chaud et sec, il présente des avantages pour tous;
233. il est carminatif et guérit des coliques rebelles,
234. il convient au foie, à la rate, et en cas de jaunisse sévère résistante au traitement;
235. il y en a une espèce grande, nommée porc épic, dont la chaire présente les mêmes effets thérapeutiques.

## TRANSCRIPTION

221. كوجع الجنب والاستسقاء يحدث في الأجسام شر داء  
 222. فمن يكثر أكله فقد أسا وطالما ما أوقع في عرق النسا  
 223. من الجبيل ومن البوادي القول في المأكول من مصطاد  
 224. وربما قد أحدث السوداء لحم الضياء يحدث المسفراء  
 225. فهو فهم جدا مزيل للألم من أجل ذا ينفع أهل البلغم  
 226. والنفع في الكبد منه بين الذيب حريابس مسخن  
 227. وكسل ما في كبد من داء لليرقان والاستسقاء  
 228. وللقليل فيه خير أرب والحر واليبس مزاج الثعلب  
 229. ورعشة وفالج موصل لداء الاستسقاء والمفاصل  
 230. يأتي الصداق منه ثم الكرب والأرتب البري حر رطب  
 231. أيهما يوجد عند الأكل إصلاحه بهنديا أو خل  
 232. فيه مصالح لكل مقصد والمز واليبس مزاج القنفذ  
 233. ويطلق القولنج بعد اليأس يحلل الريح من احتباس  
 234. واليرقان المرهن العضال يصلح للكبد والطحال  
 235. واللحوا كلاما سيان كبيره يعرف بالضربان

## LEXIQUE

- V. 221 وجع جنب : « Douleur du côté » = pleurésie.  
 V. 222 عرق النسا : La sciatic (maladie).  
 V. 223 المصطاد : Le gibier, ici il s'agit du gibier à poil.  
 V. 224 الضياء : La gazelle.  
 V. 226 الذيب : Le loup, le chacal.  
 V. 227 اليرقان : La jaunisse.  
 V. 228 الثعلب : Le renard.  
 V. 229 داء المفاصل : « Mal des articulations » = rhumatisme articulaire.  
 V. 230 الأرتب البري : Le lièvre.  
 : Le douleur.  
 : La tristesse.  
 V. 231 الهنديا : La chicorée, *Cichorium intybus* L., plante herbacée dont on utilise les feuilles fraîches et la racine.  
 V. 232 القنفذ : Le herisson.  
 : Le porc épic.

## TRADUCTION

206. le poisson est de tempérament froid et doux, sa chaire est de digestion lente et cause de la putréfaction,
207. elle provoque la soif, humidifie le corps, et guérit des coliques (sans tarder).
208. Quant à celui (le poisson) qui est pêché dans les rivières sales aux vapeurs putrides.
209. et celui qui est pêché dans les eaux stagnantes couvertes de substances vigueuses,
210. c'est le pire des poissons, et il est préférable, d'après les médecins, de s'en abstenir;
211. le meilleur, d'une façon générale, est la muge, ne néglige donc pas son bienfait (indispensable),
212. à part elle, il ya la sargue et l'aloise et tous, paraît-il, acceptant la correction;
213. ils conviennent en été au bilieux, et représentent pour lui un remède;
214. laves les au savon pour prévenir tout mal, puis mets les dans une décoction de thym,
215. et, après une nuit d'attente, fais les cuire ou frire ou griller;
216. fais les frire (de préférence) ou cuire avec du poivre, de la poudre de mastic et de la moutarde,
217. du gingembre et du vinaigre fort pour éviter la soif causée par leur ingestion;
218. celui qui boit du vinaigre par dessus, la teu (la soif) et se fait du bien à lui-même.
219. et c'est le contraire pour celui qui boit de l'eau, comme là dit Galien, le savant des savants.
220. et plus, ils sont salés, comme les sardines, plu tu dois te méfier de leur nuisance (évidente).

## TRANSCRIPTION

206. بطيء مضخم لحمه معفن العوت بارد اللزاج ، لين  
 207. يفضى لقولنج بلا تسوان معطه مرطوب الأبدان  
 208. قنرة عطينة البخار أما الذي يصطاد من أنهار  
 209. وما للزوجة عليه زائدة وما يصطاد من مياه راكدة  
 210. وتركها لدى الحكيم أفضل فهذه أخبت صوت يؤكل  
 211. لا تهلن فضله الضروري وخيرها على المصوم البوري  
 212. والكسل للأصلاح قالوا قابل ودون هذا اشترغ ثم الشابل  
 213. فانها شفاؤه من داء تصلح في الصيف لدى الصغراء  
 214. ثم اخرجنه في طيبخ الزعفران فاعمله بالصابون خوف الضرر  
 215. للقلبي والشي أعسفن كما روى واحبر عليه ليلة واطبخه ، او  
 216. مع سحق مصطكي وخردل طيبه بمسد قلبيه بلفلفل  
 217. لتأمين العطش عند الأكل وزنجبيل مع ثقيف الخسل  
 218. ونفسه أحيا بما قد فعله من شرب الخسل عليه قتله  
 219. يقول جالينوس حبر الحكما والمكس في شرب المياه مثل  
 220. فاحلر جميع ضره الميين وكسل ما ملح كالسرمين

## LEXIQUE

- V. 209 اللزوجة : Toute substance vigueuse.  
 V. 211 البوري : La muge ou le mulot, poisson d'eau douce et d'estuaire.  
 V. 212 الشرج : La sargue.  
 الشابل : L'alose, poisson de mer, famille des clupéidés.  
 V. 218 ذي الصغراء : Les bilieux (un des 4 «caractères») V. principes de la M.A.  
 V. 214 الصابون : Le savon.  
 V. 216 سحق : Poudre.  
 خردل : Moutarde, Sinapis nigra L., on utilise la graine comme condiment.  
 V. 217 الزنجبيل : Le gingembre (V. Synonyme V. 204).  
 V. 219 جالينوس : Galien (claudé) médecin grec, né à Pergame (131 V. — 201).  
 V. 220 السرمين : Les sardines (poisson de mer).

## TRADUCTION

191. Le «*nawmarashta*» revivifie les âmes, favorise l'activité et donne de la joie.
192. Quant aux pigeons, ce sont, pour les pituiteux, un remède contre les grandes douleurs,
193. la maladie de Parkinson, l'hémiplégie, la paralysie faciale et l'hydropisie;
194. leur tempérament est l'opposé de celui du pituiteux quand ils sont préparés au vinaigre et au verjus.
195. La tourterelle est sèche et chaude, elle fait grossir et embellit,
196. elle convient à l'hémiplégique et au parkinsonien, mais le sujet fiévreux doit s'en éloigner;
197. on la corrige avec du bon sucre doux, ainsi qu'avec du beurre ou lait.
198. Il ya du caud et un haut degré de sec dans la perdrix catha, sois en conscient et évites les erreurs;
199. elle permet de dessécher le pituiteux du plus profond de son corps et convient au malade ascitique;
200. on la corrige avec du beurre frais en abondance ou du sirop d'eau de rose, d'après ce que l'on dit.
201. Le tempérament de la perdrix est chaud et sec, prescris la au sujet froid sans aucune crainte,
202. elle réchauffe foie et estomac et élimine toute cause d'un surplus de froid,
203. comme l'émipiégie sévère; rôtie, c'est pour les poumons, un remède contre la toux;
204. corriges la au gingembre de qualité, pour ceux dont le tempérament est chaud.
205. *A propos du tempérament de la chair de poisson.*

- V. 196 المفلوج : L'hémiplégique.  
المرتعش : Le parkinsonien.
- V. 198 القطا : La perdrix Catha.
- V. 199 داء الحين : Hydropisie, ascite. (Kazimirski)
- V. 200 شربة الجلاب : Sirop d'eau de rose. (Kazimirski)
- V. 201 المحجل : La perdrix.
- V. 202 المعدة : L'estomac.
- V. 203 صدر - صدور : Poitrine, dans le sens de poumons.  
السعال : La toux.
- V. 204 السكنجين : Le gingembre (épice); rizhoma du Zingiber officinale Rosc., importé d'Orient.
- V. 205 الصوت : Le poisson.

## TRANSCRIPTION

191. والنوموريشيت ينعمش الأرواحا  
 أما الحمام فلا هل البلغم  
 لرعشة وفالسج ولقوة  
 ومن مزاجه يعمش البلغم  
 وفي اليمام اليبس والحرارة  
 يصلح للمفلوج والمرتض  
 اصلحه بالمسكر العجيب  
 والحر واليبس الشديد في القطا  
 تجفف البلغم من همق البدن  
 اصلحها بكثرة الزيد الطري  
 والحر واليبس مزاج الصل  
 مسخن لكبد ومعهده  
 كالفالسج الصعب ومشويا يرى  
 اصلحه بالمسكنجبين المنتخب  
 القول في مزاج لحم الحوت ،  
 ويورث النشاط والأفرلحا  
 فيه الشفاء من عظيم الألم  
 وداء الاستسقاء فيه قسوة  
 بطبخه بالخبث أو بالحصوم  
 يعلى الجسموم الخصب والنضارة  
 لكننا المبرور منه يفتشى  
 والربط كالزبد أو العليب  
 كن واعيا ، واحذر موارد الخطا  
 وتنفذ العليل من داء الحين  
 أو شربة الجلاب مما يعترى  
 اطعمه للمبرود دون وجل  
 ينفذ كل فضلة مبردة  
 يبرى الصدور من سعال قد عرا  
 لمن على مزاجه الحر غلب  
 وما يرى في طبعه المنعوت

## LEXIQUE

- V. 191 : Indeterminé; genre d'oiseau.  
 V. 192 حمامة - حمام : Pigeon.  
 الألم : Le douleur.  
 V. 193 رعشة : Maladie de Parkinson (= paralysie agitante).  
 الج : Hémiplégie.  
 لقوة : Paralysie faciale.  
 V. 194 الحصرم : Le vergus  
 V. 195 اليمام : Le ramier ( pigeon sauvage ); également la tourterelle.  
 النضارة : La beauté.

## TRADUCTION

176. et celle cuite à l'«étouffée» dans le couscoussier, dont la lourdeur provoque des maux de têtes.
177. surtout chez le vieux, et qui est nommée «a sh-shawâ' harrâs».
178. *A propos des volailles.*
179. Le poulet est la meilleure des volailles; il régularise le chaud et le sec;
180. on distingue la poule domestique et la pintade qui est originaire d'un désert aride,
181. et toutes sont propres à la consommation.
182. Les coqs ont encore plus d'avantages; ils améliorent la capacité intellectuelle,
183. ils donnent des couleurs et offrent les meilleures chances de santé,
184. en procurant du bon sang ils conviennent à tous les types de «caractère» et font un bien énorme,
185. ils mettent fin à la maigreur et à la faiblesse des nerfs, chez les vieux, les jeunes et les enfants.
186. Leurs oeufs ont une valeur (alimentaire) comparable à celle de la viande fraîche.
187. Le jaune d'oeuf a une tendance chaude, il donne de la force et amène de la chaleur;
188. additionné de cannelle pilée, d'eau de rose et de sucre, et en faisant chauffer le tout sans atteindre la coagulation,
189. il élimine les évanouissements des sujets faibles et revivifie les «âmes».
190. Quant au blanc d'oeuf, il est d'un tempérament froid; bouilli, n'en manges jamais.



- V. 182 فروج : Coq.
- V. 183 خضب : Teindre en rouge.. Ici, donner des couleurs au visage.
- V. 183 النحافة : La maigreur.
- ضعف العصب : Faiblesse des nerfs.
- V. 186 بيضة - البيض : Oeuf.
- V. 187 الملح : Le jaune d'oeuf.
- V. 188 ماء ورد : Eau de rose (produit de la distillation des pétales de roses).
- عقد : Coagulation.
- V. 189 فشية : Evanouissement, défaillance.
- الروح : Littéralement, signifie «l'âme»; ici, signifie plutôt «force» sexuelle.
- V. 190 بياض : Le blanc (d'oeuf).
- مسلوق : Bouilli (ex : pour un oeuf).

## TRANSCRIPTION

176. وثلاثه يمدت داء الرأس. ومنه ما يفهم في الكسكاس  
 177. وهو الذي يدعى شوى حرزوز. لا سيما للشيوخ والعجوز  
 178. من سسجىء اللحم ومن مشكور. القول في المأكول من طيور  
 179. للعمر والبيس تراه يمدل. ان الدجاج خير طير يؤكل  
 180. مسكنه القفر بفساب موحش. ومنه أهلى ، ومنه حبشى  
 181. من كل مأكول من اللحمان. وكله أوفى للابدان  
 182. مصدنة زيادة في العقل. وللمراريح مزيد فضيل  
 183. تعطى الجسم أوفر النصيب. تمسن الألبان بالتخصيب  
 184. تصلح ، بل تولى عظيم النفع. من جيد اللحم لكل طبخ  
 185. لكل كهمل وشاب وصبى. تنلى النحافة وضعف العصب  
 186. كما أتى في نفعه السطر. والبيض منه يشبه اللحم الطرى  
 187. يعطى مع التقوية الحرارة. والمج مائل الى الحرارة  
 188. وحسك مفعنه دون عقيد. مع قرصة لقت ومساء ورد  
 189. وينعش الروح بلا خضلاف. هذا يزيل غشية الضعاف  
 190. لا تقرب السلوق منه أبدا. أما بياضه فيرده أبدا

## LEXIQUE

- V. 176 الكسكاس : Le couscoussier, ustensil qui sert à cuire à la vapeur, notamment le couscous.  
 داء الرأس : Le mal de tête, les céphalées.  
 V. 177 الشوى حرزوز : «As-Shawâ Harzûz», Viande cuite à la vapeur.  
 178 طير - طيور : Volaille, oiseau.  
 دجاجة - دجاج : Poulet.  
 180 أهلى : Domestique (adj).  
 دجاجة حبشى : «Poules d'Abyssinie», pintades.

## TRADUCTION

161. N'approches pas la chaire de brebis, qu'elles soient maigres ou grosses;
162. cependant, certaines personnes échappent à cette règle.
163. Si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fait lui boire immédiatement du sirop de mastic.
164. Le chevreau, à l'exemple du mouton, est propre à la consommation, surtout au printemps;
165. il éteint le «feu» de la bile jaune, mais ne convient pas aux atrabillieux.
166. N'approches jamais la viande de vache, qu'elle soit séchée ou fraîche,
167. (car) elle provoque la folie et la lèpre, elle est responsable de la production d'atrabile et de tumeurs;
168. les veaux font exception, en effet, leur chaire est comparable à celle de l'agneau de l'an.
169. N'approches pas la viande frite si tu tiens à la santé,
170. sauf en cas d'hydropisie, où sa prescription est un remède.
171. la meilleure manière de cuire la viande est de la griller sur un four au charbon de bois, sans fumées et à l'aide d'une broche;
172. cela donne toutes les chances à la santé; il s'agit de la spécialité nommée «kabâb»;
173. à part elle, il ya la viande cuite dans le four à pain, celle-ci affaiblit.
174. à moins qu'il ne s'agisse d'une viande très grasse auquel cas tu peux en profiter sans abus;
175. comme autres préparations, il ya celle à l'étouffée dans un four, qui par sa lourdeur, nuit à la santé.

ورم - أورام : Tumeur, enflure, inflammation d'une manière générale.

V. 168 عجل - عجول : Veau.

V. 169 المقلو : Ce qui est frit, les fritures.

V. 170 الجمر : Petit four au charbon de bois.

V. 172 كباب : «Kabâb» brochette de viande; ingrédients = oignons, poivre, persil, sel.

## TRANSCRIPTION

161. وإنه عن المعجاف والمسمان  
 162. منه على خلف من القياس  
 163. اسقه في الوقت شراب المصطكى  
 164. وفي الربيع بين النجاح  
 165. ولا يليق بنوى السوداء  
 166. لا سيما يابسها حتى الطرى  
 167. والمرة السوداء والأوراما  
 168. ما لم تجاوز سنة في العمر  
 169. إن كنت تبغى صحة الجنان  
 170. فامر به المريض تنقذ الداء  
 171. بلا دخان في قضيب ملتوى  
 172. وهو الذى يعمر بالكباب  
 173. فى فرنه ، فذاك يسقط القوى  
 174. فاحفل به ولا تجاوز حدا  
 175. بثقله يؤذى قوى الأبدان
- لا تقرين لحم اناث الضان  
 وربما يسلم بعض الناس  
 ومن ترى من اكلها قد اشتكى  
 والجدى دون الضان فى الصلاح  
 يطفىء نار المرة الصفراء  
 لا تقرين يوما لحوم البقر  
 تولد الوبسواس والجذاما  
 الا مجولها فكالضمان الطرى  
 لا تقرب المقلد من لحيان  
 الا اذا رأيت الاستسقاء  
 خير الشواء ما على الجمر شوى  
 يفتح للصحة كل باب  
 ودونه الذى مع الخبز اشتوى  
 الا اذا كان سميئا جدا  
 ودونه ما ضم فى الأفران

## LEXIQUE

- V. 161 **اناث الضان** : Les brebis.  
 V. 163 **شراب** : Sirop de ..  
**المصطكى** : Mastic; c'est la gomme (résine) du lentisque le Pistacia Lentiscus, arbre d'Orient et des Iles grecques.  
 V. 164 **الجدى** : Le chevreau (petit de la chèvre).  
 V. 165 **المر الصفراء** : La bile jaune (une des 4 humeurs) V. principes M.A.  
 V. 166 **بقرة - بقرة** : Vache.  
 V. 167 **الوبسواس** : La folie, suite à l'obsession du démon.  
**الجذاما** : La lèpre tuberculeuse mutilante.

## TRADUCTION

146. il ne fait ni de bien ni de mal, d'après sa réputation chez les spécialistes;
147. en effet, il a été cuit à deux reprises, ce qui a diminué jusqu'à faire disparaître sa «force».
148. La meilleure «harirah» est celle qui répond à certaines conditions :
149. elle est préparée au levain véritable et additionnée de menthe en abondance;
150. ceci facilite sa digestion, et ouvre l'appétit,
151. surtout si elle est accompagnée de figues et de raisins secs de la variété rouge et chère.
152. Le «al barqtâtish redonne des forces; il se compose de ferment et d'asyme,
153. c'est donc un mélange de lourd et de doux, ce qui en fait un met léger.
154. Evitez de manger de la «dashishah» car elle est responsable de maladies gênantes;
155. cependant, si elle est à base d'orge, elle déconstipe.
156. *A propos des viandes de boucherie.*  
La meilleure est celle de l'agneau de l'an.
157. sa chaire guérit le mal et convient au chyme, et améliore le corps et l'esprit;
158. si tu en extrais le jus, par la cuisson à l'étouffée ou par distillation dans l'alambic.
159. cette boisson, d'après les connaisseurs, redonne aux vieux la vigueur de la jeunesse;
160. bois la chaude, dès sa distillation, pour éviter sa putréfaction et sa dénaturation.

- V. 152 البرقاطش : Genre de soupe, indéterminée; d'après G.S. Colin, ce mot dérive du latin percocates.
- V. 153 الغليظ : «Le grossier», «de gros», ( tempérament ) V. principes M.A.
- V. 154 الدشيشة : «Ad Dashishah», genre de semoule; ingrédients = semoule de blé, oignons, fèves, condiments ( Safran, coriandre).
- السقم : La maladie.
- التحجير : Ici, la constipation.
- V. 158 اللحمان : Les viandes de boucherie.
- الحوالي : Le mouton, ici il s'agit de l'agneau.
- الكبوس : Le chyme.
- الإنبيق : L'alambic.
- التقطير : La distillation (se fait au moyen de l'alambic).

## TRANSCRIPTION

146. حسبما عند الايمة اشتهر لا نفع في غذائه ولا ضرر  
147. قوته حتى اضمحلت وانتهت تكرر الطبخ عليه فوحت  
148. على شرائط لها قد عرفت خير للصبرية التي قد ولقت  
149. مفوها بمنع يصير افضلها من خالص الخمير  
150. وتبعت الشهوة للماكل تجود الهضم لكل اكل  
151. او الزبيب الاحمر الثمين لا سيما ان شربت بالتين  
152. من الفطير والخمير لا سوى والبرقطاطش مركب القسوى  
153. من اجل ذا غذاؤه خفيف فامتزج الخليط والطياف  
154. تفضى لاسقام وسوء عيشه لا تمدن شربه النشيشة  
155. تسرح البطن من التحجير وهي اذا كانت من الشخير  
156. افضلها الحواي من الحملان القول في اشتهية اللحمين  
157. ويصلح الجسم والنفوسا يرىء الاذى ويصلح الكيموسا  
158. من لحمه او صنعة الانبيق وان اخذت الماء بالتمريق  
159. يعطى للشيخ قوة الشباب فشربه عند ذوى الالباب  
160. مضافة للمفسين والتفيسير اشربه سخنا ساعة التقطير

## LEXIQUE

- V. 146 الحريفة : «Al Harfrâh» Soupe traditionnelle marocaine; ingrédients = farine blanche, levure, lentilles, pois chiches, ..., tomates, oignons, condiments (huile, coriandre, persil, poivre, sel, safran gingembre).  
V. 149 النعنع : La menthe, *Mentha viridis* L. (utilisée dans le thé à la menthe).  
V. 150 الشهوة l'appétit.  
V. 151 التين : Les figues.  
الزبيب : Les raisins secs.



## TRADUCTION

131. corrige le avec du poivre et du vinaigre avant d'en manger.
132. Les patates douces aux cendres, («bintu ar-ramâd» ou «fille des cendres») pour le faible et le las, n'ont pas leur pareil;
133. la lassitude est vaincue par leur chaire safranée et leur suc rouge redonne la vigueur,
134. car elles sont cuites à chaleur modérée, comparable à celle du soleil;
235. cependant, en trop grande quantité, elles alourdissent les estomacs de certains;
136. corrige les donc avec du vinaigre et des citrons «al-lîm», et ne négliges pas ce qui est recommandé par un savant (un médecin).
137. et s'il t'est déjà arrivé de manger des aubergines sans avoir eu de mal, n'en reprends pas une deuxième fois !
138. Quant au plat nommé «za'lûk», n'en manges jamais;
139. les conséquences en sont néfastes car il est pareil au venin de vipères.
140. *A propos des potages et bouillons.*
141. le bouillon au levain (en morceaux) est bon, c'est un aliment léger qui n'a pas de prix,
142. surtout assaisonné de coriandre en petite quantité et qui n'est en faite, pas indispensable,
143. ajoutes-y de la viande en morceaux, avant la cuisson, et laisse la devenir tendre comme de la moelle,
144. ou bien ajoutes-y des pigeonneaux en morceaux, ceux-ci étant meilleurs pour l'organisme.
145. Je ne vois pas d'avantage à manger du «barîd» et il est loin d'en avoir aucun;

- V. 138 الزعلوك : «Za 'lîk», plat à base d'aubergines; ingrédients = aubergines, huile, ail, coriandre, cumin, piment de Cayenne.
- V. 139 السم : Le poison, le venin.  
 افى - افاع : Vipère.
- V. 140 حسو - الحساء : Potage, bouillon.
- V. 142 الكزير : Le coriandre = *Coriandrum sativum* L., On utilise les feuilles fraîches et les graines comme condiment.
- V. 145 البريد : «Al Barîd», genre de soupe à base de pain rassis et d'anis; probablement du mot anglais «Bread», qui signifie «pain».

## TRANSCRIPTION

131. اضيقهما له قبييل الاكل اصلحه بغفل وخل  
132. ليس لها يا صاح من مشابه بنت الرمد للضعيف النافه  
133. يسدى القوي مرقها المعصر ينفي الهزال لحمها المزعر  
134. معتدل كمثل حر الشمس لانها مطبوخة في دمس  
135. تثقل في بطخون بعض الناس لكنها بمقتضى القياس  
136. ولا تضع امر امرئ عليهم اصلح اذا بالخل او بالليم  
137. ولم تضر لا تعد للثانية وان اكلت سريرة برلنية  
138. فاجعل غداؤه من المتروك اما الذى يصرف بالزعلوك  
139. اذ هو كالسم من الافاع عقباه لا تقول بانتفاع  
140. لتكره في معرض الغداء القبول في المشروب من حناء  
141. غداؤه الخفيف ما له ثمن وحسو قطاع الضميرة حسن  
142. فهو اذا من الضرورة برى لا سبيها مع يسير الكزير  
143. حتى يصير اللحم مثل الخ قطع له اللحم قبييل الطبخ  
144. فان ذات الحسوم انفع او الفراريج كذا تقطع  
145. اذ بينها وبينه بعد البريد ولا ارى مفعلة من البريد

## LEXIQUE

- V. 131 **الخل** : Le poivre (épice); Graine ou fruit du polvier, *Piper nigrum* L.; pousse dans les régions tropicales.  
V. 132 **بنت الرمد** : «Bintu Ar-Rumâd», Signifie littéralement : «fille des incrédients»; cendres; patates douces cuites sous les cendres.  
V. 133 **الزعفر** : Safrané (teint en jaune).  
**المعصر** : Teint en rouge.  
V. 134 **دمس** : Cuire à chaleur douce, sous terre ou dans un creux.  
V. 137 **البرانية** : Les aubergines.

## TRADUCTION

116. Ne vous complaisez pas à manger de la «'as,ldah» car elle est lourde et forte;
117. si elle est préparée à la semoule véritable, aie confiance en son goût agréable,
118. mais si elle est préparée à la farine, elle est à condamner, d'après les connaisseurs;
119. cependant, elle aide à prendre du poids, d'après ce qu'en a dit un grand médecin.
120. N'approche pas le « bulbùl » de crainte de malheur, surtout s'il est préparé avec des têtes (d'animaux);
121. et si il est à base d'orge, cette nourriture asyme ne présente aucun avantage.
122. Les fèves salées contiennent un mélange de vapeurs, leur danger est grand et connu;
123. elles ne peuvent être corrigées au citron, au vinaigre, à l'huile, et au cumin;
124. enfin, elles abêtissent, et la «bisâr» présente les mêmes inconvénients.
125. Evites de manger «al mudarbal» et fais attention à toutes ses nuisances à venir,
126. il provoque dans l'organisme, un mal énorme, comme la transformation (par combustion) du sang en bile noire;
127. si tu ne trouves pas de quoi le remplacer, ajoutes'y alors beaucoup de gras,
128. et associes le au vinaigre pendant le repas, en évitant le vinaigre fort.
129. Quant au nommé «shawâ'al qadr», il provoque un mal très dangereux.
130. le médecin a dit qu'il est responsable de putréfaction, d'obstruction du foie, et de mollesse,

viande de mouton, aubergines, «khalf» ( V. 26 ), oignons, condiments (gingembre, cannelle, safran, poivre, persil, coriandre).

V. 127 الإدام : La graisse, le gras.

V. 129 شواء القدر : «Shawa'al qadr», plat de viande. Signifie littéralement : rôti à la marmite.

V. 130 العفونة : La putréfaction.

V. 131 اللبونة : La mollesse (tempérament), V. principes de la M.A.

## TRANSCRIPTION

116. فهي ترى غليظة شديدة  
 117. فقد على مطمها اللذيذ  
 118. منمومة عند نوى التحقيق  
 119. كما أتى عن ماهر أمين  
 120. لا سيما المطبوخ بالبروس  
 121. لا خير في غذائه الفطير  
 122. أفاته عظيمه مسطرة  
 123. والخل والزيت مع الكمون  
 124. ومثله البصار بالسوية  
 125. واحذر جميع ضره المستقل  
 126. مثل احتراق الدم من سوداء  
 127. فكثير الادلأ فيه جدا  
 128. ولا تمعد من ثقيف الخل  
 129. فمحدث ضرا شديد الخطر  
 130. ويسعد الكبد واللدونة
- لا تمنعن اكلة العصيدة  
 ان صنعت من خالص السميد  
 وهي اذا كانت من النقيق  
 لکنها عون على التسمين  
 لا تقرب البلبول خوف البروس  
 وهي اذا كانت من الشعير  
 ومالح الفول خليط الأبررة  
 لا يقبل الاصلاح بالليمون  
 يولد البسلادة القوية  
 ولا تواظب اكله المدريل  
 يحدث في الجسم عظيم الداء  
 ان لم تجد يا صاح عنه بدا  
 واجعل عليه الخل عند الاكل  
 اما الذي يدعى شواء القدر  
 قال الحكيم يورث المفونة

## LEXIQUE

- V. 116 **العصيدة** : «Al 'A'sidah», genre de semoule préparée à l'eau et au lait.  
 V. 118 **النقيق** : La farine.  
 V. 120 **البلبل** : «Al Bulbul» semoule, d'orge en général.  
 V. 123 **الليمون** : Le citron.  
**الخل** : Le vinaigre.  
**الزيت** : L'huile.  
 V. 124 **البصار** : «Al bi'sâr», plat à base de fèves.  
 V. 125 **المدريل** : «Al Mudarbal», plat de viande; ingrédients =

## TRADUCTION

101. Deconseilles les gâteaux aux pituiteux, et ne te laisses pas leurrer par le bon goût,
102. à moins qu'ils ne soient faits sans sucre, dans ce cas, profites en sans abus.
103. Le pain préserve la santé, il fait grossir et régénère le sang;
104. le meilleur est celui préparé au levain, et le pire est représenté par le brolé et l'azyme;
105. choisis de préférence le pain pétri au point où sa pâte est devenue comme de la colle,
106. au froment pur, il offre alors les meilleurs chances de santé;
107. quant au pain d'orge, il abaisse la température du sujet fiévreux;
108. et un autre pain que celui au blé ou à l'orge, n'apporte que maladies,
109. évitez le et méfiez vous de ses méfaits, à moins que vous n'y soyez contraints.
110. quant au «bashmât» ( biscuit de mer ), ses composants sont secs,
111. il assèche le corps, produit de la bile noire et donne des coliques;
112. cependant c'est un remède contre le mal du à la pituite et contre l'hydropisie en cas de douleur.
113. quant au nommé «Barkûkash», méfie toi-s'en constamment,
114. le médecin a mis en garde contre sa nuisance, même s'il est au beurre et au lait.
115. Il en est de même pour ce qu'on nomme la «Muhammasah», que tu dois éviter à tout prix.

## TRANSCRIPTION

101. ولا يفرنك طيب الطعام  
 102. فاحفظ بها ولا تكن بالمتري  
 103. معمن مولى دما حسن  
 104. وشبهه الحروق والقطير  
 105. حتى يرى عجينه كالعك  
 106. يسرى من الصحة غاية الأمل  
 107. فيطلى اللبيب من محروور  
 108. جم المسقام عاصم التدبير  
 109. الا اذا دعت له الضرورة  
 110. فمبتسل بيباس الاضلاط  
 111. ويصلث القولنج منه أبدا  
 112. وداو الاستمقاء عند الألم  
 113. فمنه كن على الدوام تفتش  
 114. وان صلاه الزيد والحليب  
 115. لا تقرين ولو دعتك المحمصه
- وخص بالحلواء أهل البلغم  
 الا اذا ما صنعت من سكر  
 الخبز حافظ لصحة البدن  
 افضل ما عنه الخمير  
 فاكثر من الخبز كثير العرك  
 من خالص الحنطة جيد العمل  
 أما الذي يصنع من شعير  
 وخبز غير القمح والخمير  
 لا تقرينه واحذر من ضروره  
 أما الذي يعرف بالبشماط  
 يجفف الجسم ويولى السودا  
 لكنه يقطع داء البلغم  
 أما الذي يعرف بالبركوكش  
 من شبهه قد حذر الطبيب  
 كذا الذي تدهوه بالممصه

## LEXIQUE

- V. 108 الخبز : Le pain; il s'agit du pain de blé (pain complet).  
 الدم : Le sang.  
 V. 106 الحنطة : La farine de blé (froment).  
 V. 107 اللبيب : Ici, la fièvre élevée.  
 المحروور : Le sujet fiévreux.  
 V. 110 البشماط : «Al Bashmât», biscuit de mer.  
 V. 111 السوداء : La bile noire (une des 4 humeurs) V. principes de M.A.  
 القولنج : Les coliques.  
 V. 112 داء الاستمقاء : L'hydropisie — maladie qui se caractérise par des ascites, et des œdèmes d'une manière générale.  
 V. 113 بركوكش : «Barkūkash» genre de couscous à gros grains,  
 V. 115 المحمصه : «Al Muhammasah» Semoule à gros grains de couscous.



## TRADUCTION

86. leur tempérament est chaud et humide et leurs méfaits sont bien connus,
87. elles obstruent le foie et la rate, ce qui nuit à celui qui en mange;
88. Cependant elles permettent de prendre du poids quand elles sont accompagnées de bon poulet gras;
89. de même pour le «tarîd», composé d'une pâte amincie et qui est à rapprocher des précédents.
90. Et les beignets, comme les «zallâbiah», sont à éviter par celui qui veut la santé,
91. corrige les, s'il est impossible de s'en passer,
92. pour le pituiteux, avec du miel de la ruche, et pour son (tempérament) opposé avec du sucre et du beurre.
93. Et si un jour tu es convié à manger et qu'il ya une grande variété de mets,
94. commence par le «Tajin» de poulet, il représente un remède pour le corps,
95. passes ensuite au «Tajin» de viande aux citrons et aux olives, agréable à manger,
96. réserve la «Murûziah» aux pituiteux, car c'est pour eux un remède contre la douleur;
97. Pour ce qui est du «Ka'k», prends en si tu ne peux t'en abstenir, mais sans abus;
98. de même, tempères toi avec les «Maqrût» et les «Raghfân», c'est l'avis des spécialistes;
99. en effet, s'adonner aux pâtes frites à l'huile, est une mauvaise habitude alimentaire,
100. surtout s'il s'agit de pâte sans levain comme dans les «Tatir».

- V. 95 الليم : «*À l-lim*», variété de citron de petite taille qui sert, confite, dans la cuisine, sous le nom de «*Al-limn lam-sayyar*».
- V. 96 المروزية : «*Al murùziyyà*»; plat de viande dont les ingrédients sont viande de mouton avec l'os, miel, amandes, raisins secs, oignons, huile d'olive, beurre, condiments (sel — safran — «*tête de la boutique*» ou «*ras al hanùt*» qui est un mélange d'une 20ème d'épices)
- V. 97 الككة : «*Al ka' k*»; gâteau en forme d'anneau, fait d'une pâte sèche fourrée d'une pâte d'amandes, sucrée et parfumée (cannelle, ...)
- V. 98 المقرط : «*Al maqrùt*», gâteau en forme de losange, fourré de pâte d'amandes ou de dattes, frit dans l'huile, enrobé dans le miel.
- الزغفان : «*À r-raghfân*» galette de pâte à pain frite dans l'huile.
- V. 100 الفطير «*Al fatir*», genre de galette constituée de pâte à pain sans levain frite dans l'huile.

## TRANSCRIPTION

86. افاتسه مسيطرة مكتسوبة مزاجه الحمر مع الرطوبة  
87. لا يمسد الاكل منه حالا يمسد الكبد والطحال  
88. مع الدجاج الطيب المسمين لكنه عيون على التسمين  
89. وحكمه كحكم ما قد سبقا كذا الثريد من عجين رققا  
90. فليجنبه من يروم العافية والحقوا الاسفنج بالزلابية  
91. ولم تجد بدا لنقع الشبوية اصلحه ان دعت اليه الداعية  
92. وعكسه بسكر وزيد البلغمي ، يحصل من شهد  
93. تلى عليه كثرة الألوان وان تكن يوما على غوان  
94. للجسم فيه غاية العلاج فقد من مطجن الدجاج  
95. بالليم والزيتون يرخى المفتدى وبمده اللحم المطجن الذي  
96. فانها شفاؤهم من السم دح المروزيا لأهل البلغم  
97. شيئا قليلا لا تمل للآكثر والكمله خذ منه اذا لم تصير  
98. كما اقتضى رأى ذوى العرقان واصدل من المقروط والرفقان  
99. كان من المعجين شر مفتدى فالفتدى للقلو بالزيت اذا  
100. مثل المرقق من الفطير لا سيما الخالي من الخمير

## LEXIQUE

- V. 87 يسيد - سيد : Obstruer, engorger.  
V. 89 الثريد : «A th-tharid»; genre de galette constituée de pâte à pain, frite dans l'huile.  
V. 90 الزلابية : «A z-zallâbiyyah»; genre de gâteau, formé de tubes minces enchevêtrés, frit dans l'huile et trempé brûlant dans le miel (connu aussi sous le nom de «A sh-shabâkiyyah»  
الاسفنج : Les beignets.  
V. 92 البلغمي : Le pituiteux (relatif au «caractère»), v. principes de la M.A.

## TRADUCTION

70. le meilleur est celui qui est fabriqué au Levain, et d'autant meilleur s'il est fermenté à deux reprises ;
71. il est composé d'une bonne semoule, de bon et délicieux poulet
72. ou de viande tendre de mouton qui est d'une grande valeur médicinale.
73. et de bon safran véritable; ses légumes sont précieux, il s'agit des coings.
74. des cardons, des navets «baladi», puisses-tu toujours rester le préféré,
75. de bons pois chiches, de la courge «As Salâwi choisie parmi une variété qui sert de remède;
76. évite celui qui est préparé au «qaddîd» ou au «khal'» sec et dur,
77. ce dernier étant à recommander aux travailleurs de force et aux agriculteurs,
78. quant à celui qui est cuit au lait, il apporte de l'humidité,
79. et convient donc à tout le monde sans aucun risque;
80. il existe également une préparation appelée «as-Saffah», au sucre, à la cannelle (en poudre),
81. au beurre et au lait, c'est le meilleur des mets et son tempérament est excellent;
82. mieux il (le couscous) est séché après sa mise en grain, meilleur il est;
83. plus ses grains sont fins, et plus il est digeste, d'après les connaisseurs,
84. et plus ses grains sont gros, plus sa digestion est lente et ses méfaits nombreux.
85. Les vermicelles sont délicieuses mais de digestion difficile,

- اللفت البلدى : Les navets «du pays», variété locale, c'est l'espèce cultivée.
- V. 75 السلاوى : Variété de courge de forme allongée, de couleur vert-claire, il s'agirait, de la Cucurbita lagenaria ou «courge flouteille» (H.P.J. Renaud) = «As Salâwi».
- V. 76 القديد : Viande assaisonnée et séchée = «Al qaddid»  
 الخليج : Viande assaisonnée, séchée et cuite puis conservée dans la graisse. Ingrédients : Graisse animale, huile d'olive, Coriandre en grains, ail, sel. = «Al Khalf».
- V. 80 السفة : «As-Saffah», Une des préparations du couscous.  
 القرفة : La cannelle. Il existe deux variétés principales = l'écorce du Cinnamomum aromaticum Nees (Cannelle de Chine) et l'écorce du Cinnamomum zeylanicum Br. (Cannelle du Ceylan).
- V. 85 الغداوش : Les vermicelles (à base de farine de blé).

## TRANSCRIPTION

70. لا سبيما مكرد التخخير  
71. من الدجاج الطيب اللسنيذ  
72. فذاك في الطب رفيع الشان  
73. خضرقه محمد كالسفرجل  
74. لا زلت مفضالا فريه الوقت  
75. من فرح يصلح للتداوى  
76. أو الغليغ اليابس الشديد  
77. حبيبه ، بل بين لهم فلاحه  
78. فذاك معوان على التريط  
79. وما على أكله من بئس  
80. بسكر مع سحق القرفة  
81. وحكمها في الطبح حكم الأول  
82. حتى يجف جيد في أكله  
83. كان سريع الهضم ، قال شاكركه  
84. بطيء هضم قد كثرت خطوبه  
85. أن الفداوش لثيد الطعم لكنه صعب عسير الهضم
- أفضل له المقتول بالخمير  
قوامه من خالص السميد  
أو اللصوم من فتي الشان  
بالزعفران الأطيب المبجل  
أو خرشف أو بلدي اللفت  
أو جيد الحمص أو السلوى  
واحذر من المطبوخ بالقديد  
هذا لأهل الكد والفلاحة  
إلا إذا طبخ بالطيب  
إذا يليق بجميع الناس  
ومنه ما نعرفه بالسفة  
بالزيد والحليب خير مأكول  
وكل ما شمس بعد قتله  
وكل ما قد رقت جوامره  
وكل ما قد غلظت حبوبه  
أن الفداوش لثيد الطعم

## LEXIQUE

- V. 70. **الخميرة** : Le levain.  
V. 71. **السميد** : La semoule.  
V. 73. **الزعفران** : Le safran - il en existe deux variétés : Le safran vrai = *Crocus sativum* L., provenant du Sud marocain et d'Insulinde (condiment); et le safran «bâtard» ou Carthame = *Carthamus tinctorius* L. (condiment et colorant).  
**السفرجل** : Les coings.  
V. 74. **الخرشف** : Ce vocable s'applique au Maroc au cardon de l'espèce *Cynara cardunculus* L., cultivé pour ses feuilles ou «côtes».

## TRADUCTION

55. Associés à un peu de noix, ils permettent une prise de poids rapide,
56. prends-en, pour éviter tout mal, entre deux repas, et ton but sera atteint.
57. Le millet, le maïs, ainsi que les lentilles, sont froids et secs,
58. ils provoquent, chez le sujet d'âge mûr et chez le bilieux, un mal rebel au traitement;
59. corrige les avec de la viande grasse de mouton et toutes les bonnes graisses.
60. Les haricots sont chauds et humides et donnent beaucoup de gaz,
61. ils sont efficaces contre les maux de reins, les dorsalgies, et c'est le secret pour qui veut grossir.
62. *A propos des aliments composés et de leurs actions, d'après expérience.*
63. Leurs recettes varient selon les plantes et les nécessités;
64. nous citerons les (aliments) asymes et les fermentés, ce que les gens négligent et ce qu'ils savent,
65. nous noterons le lourd et le léger, le grossier et le subtil,
66. et ce qui est d'un bienfait pour le corps, sans sortir des préparations du pays (locales).
67. Le plus apprécié, dans notre pays, par les gourmets, est le cous-cous;
68. de tempérament doux et chaud, ses composants sont bons et bien choisis;
69. il fait partie des aliments asymes, si tu ne prends pas le soin de lui ajouter du levain;

## TRANSCRIPTION

55. يفوز بالتسمين أى فوز  
56. بين طعامين تفوز بالوطير  
57. جميعها مبرد ميبس  
58. مضرة تجلى الى التداوى  
59. وكل طيب من الأدهان  
60. وكثرة الريح لها منسوبه  
61. وفيه للتسمين أى سر  
62. وما لها من خصلة مجرية  
63. بحسب الأضرار والدواى  
64. ما يهمل الانسان أو ما يعتبر  
65. ونورد الغليظ واللطيف  
66. ولم نخرج من اصطلاح البلد  
67. لمتهى القوت المجيب للكسكس  
68. اخلاطه جيدة مختارة  
69. هذا اذا لم تعتمد تخميره
- أخذه مع يسير الجوز  
فاستعملنه خشبية من خمر  
والنخن والدرة ثم العنيس  
تضر بالكهل والسوداوى  
اصلاحها سمين لحم الضان  
واللوبية للصر والرطوبة  
ينفع من داء الكلا والظهر  
القول فى الاطعمة المركبة  
تركيبها مختلف الأنواع  
نذكر من فطيرها والمختمر  
ونشرح الثقيل والخفيف  
وما له فى الجسم أى مدد  
أكثر ما فى غريتنا يلتص  
مزاجه اللين مع الحرارة  
ومو من الأغذية الفطيرة

## LEXIQUE

- V. 55 الجوز : Les noix oléagineux, fruit du noyer.  
V. 56 النخن الدرة : Le millet (céréale).  
العنيس : Le maïs (céréale).  
السوداوى : Les lentilles (légumineuse).  
V. 57 : L'atrabiliaire; (un des quatre caractères),  
V. principes de la M.A.).  
V. 58 الضان : Le mouton.  
الأدهان : Graisses, lipides.  
V. 59 اللوبية : Les haricots (Légumineuse).  
V. 60 الكلا : Les reins.  
الظهر : Le dos.  
V. 62 الكسكس : Le Couscous-plat national au Maroc; dont les  
ingrédients sont Semoule de blé, viande, Légumes de  
saison, poisiches, fèves, raisins secs, condiments (persil  
— coriandre — piment de Cayenne — ail — huile d'olive).  
V. 63 اخلاط : Humeurs, ici signifie les composants.



## TRADUCTION

40. vient ensuite celle à la graine épaisse, blonde et ferme donnant une bonne farine et une bonne pâte;
41. Enfin, il ya celle à la graine petite et rouge et la «montagnarde» (al jabali), à la graine courte et brillante;
42. Quant à celui (le blé) qui a pourri au fond de la fosse à grains, il contient des vapeurs mauvaises,
43. il fait partie des poisons, et il est connu sous le nom de «al hammûmi».
44. L'orge est froid et sec, il donne des gaz,
45. provoque un météorisme important, et sa valeur nutritive est inférieure à celle du précédent;
46. son correctif est le cumin et les viandes grasses, accepte ce qu'en ont dit les sages (médecins).
47. Le riz est chaud et subtile, prends-en, sans crainte, à toute époque,
48. il fait grossir (croître), fortifie les viscères et donne des couleurs;
49. on le prépare au sucre et au lait pour la prise de poids et la croissance.
50. Les fèves sont froides et sèches, et les maladies qu'elles provoquent sont bien connues;
51. les fèves vertes, elles, sont humides, et toutes (les fèves) sont cause de maladies sévères;
52. elles donnent des gaz, abêtissent et les corps en acquièrent de «mauvaises habitudes»;
53. corrige les avec de la bonne huile (brillante) et un drachme de thym.
54. Les pois chiches sont chauds et secs, ils lèvent l'obstruction, sont aphrodisiaques et améliorent la voix;

- V. 48 الإحشاء : Viscères, intestins.
- V. 50 الفول : Les fèves (légumineuse).
- V. 51 الرطوبة : L'humidité; (tempérament), V. principes de la M.A.
- V. 53 درهم : Un drachme ; unité de poids empruntée à la Grèce ancienne.
- V. 54 الحمص : Les pois chiches.
- يهيج الباء : Aphrodisiaque.
- مفتح - قتح : Desobstruer, décongestionner.
- V. 59 الزعتر : Le thym; au Maroc, surtout *Thymus brousonetii* Bois., *Thymus Bleicherianus* Pom., *Origanum compactum* Benth..

## TRANSCRIPTION

40. دقيقه يحمده والعجين ثم الخليط الأنسب الرزين  
41. والجبلي الملمع انقصير ودون هذا الأحمر الصغير  
42. فذاك في الطبع خبيث الأبرة أما المعفن بقاع المطهرة  
43. وهو الذي يعسرف بالتموم غذاؤه من جملة السموم  
44. فيه رياح جملة مصومة وفي الشعير البرد واليبوسة  
45. غذاؤه أقل مما قبله يصعبه ثقب عظيم الصولة  
46. خذ ما رواه الحكماء عن أمين مصلحه الكمون واللحم السمين  
47. خذه مدى الأزمان لا مخافة وفي الأرز الحر واللطافة  
48. ويصلح الأحشاء والأروا غذاؤه يخصب الأبدان  
49. لجودة التسمين والتخصيب يطبخ بالسكر والحليب  
50. أمراضه مشهورة مصومة والفول فيه البرد واليبوسة  
51. والكل ضرر بين الصعوبة لاكنما الأخضر للرطوبة  
52. ويورث الأجسام سوء عادة يولد الرياح والبلادة  
53. واجعل عليه درهما من زعر اصلحه بالزيت الحبيب النير  
54. يهيج الباه لصوت مصلح والحمص حر يابس مفتوح

## LEXIQUE

- V. 42 الأبرة : Les vapeurs.  
V. 44 الشعير : L'orge (céréale).  
الرياح : Les gaz (sens médical : Gas intestinaux).  
البرد : Le froid ; (tempérament), V. principes de la M.A.  
اليبوسة : Le sec; (tempérament), V. principes de la M.A.  
V. 46 الكمون : Le cumin, Cuminum cyminum L. (épice).  
V. 47 الأرز : Le riz (céréale).  
اللطافة : La subtilité, la douceur; (tempérament), V. principes de la Médecine Arabe.

## TRADUCTION

25. Le tempérament des graines et des aliments composés, en notant le bon et le nuisible,
26. Ainsi que celui de tous les aliments adoptés au Maroc par les arabes sédentaires :
27. les légumes et la plus part de ce qui se cueille.
28. les plantes sauvages et cultivées et la plus part des viandes,
29. les fruits en général, en précisant les bons et les mauvais,
30. les épices qui conviennent à la viande et tout ce qui est comestible.
31. Nous dirons au sujet des eaux certaines choses que beaucoup ignorent.
32. Nous poursuivrons par la présentation de remèdes précieux guérissant de maladies viles.
33. Nous parlerons de même de l'habillement et des habitations.
34. Nous nous exprimerons simplement comme le demande la question,
35. Et je prie Le Généreux (Dieu) pour la réussite car c'est à Lui que l'on demande.
36. *A propos des graines et de leur tempérament :*
37. Le blé est de tempérament chaud et doux; c'est la meilleure des graines;
38. il adoucit le «caractère», favorise l'activité sexuelle et la «force» qu'il recèle est toute bienfaitrice;
39. la meilleure variété est la «az-zâhi», à la graine brillante dorée et fine;

## TRANSCRIPTION

25. وما له نفع وما له اذى  
 26. لدى الحواضر وعند العرب  
 27. من كل ما يجنى من المقتنيات  
 28. وغالب المأكول من لحمان  
 29. من طيب يرضى ومن مضموم  
 30. وما يجيد طعمه للاكل  
 31. أمرا كثير الناس عنه صاه  
 32. تذهب أمراضا بدت خسيصة  
 33. وفي المساكن وماوى الناس  
 34. كى ما يره مطابق السؤال  
 35. فهو المرجى لبلوغ الطلب  
 36. وما اتى في طبعها المطلوب  
 37. وهو من كل الحبوب أحسن  
 38. وكل نفع من قسواه يرتجى  
 39. المرتضى بشكله الحدودى
- طبع الحبوب ومركب الفسذا  
 وكل قوت فى اصطلاح المغرب  
 وخضر وغالب المقتنيات  
 وبقلها البرى والبستاتى  
 ومن قسواكه على المضموم  
 وما يخص اللحم من ترابيل  
 وربما ننكر من عيسىاه  
 تتبعه أنوية نفيسية  
 كما نجيد القول فى اللباس  
 ونبسط التعبير فى المقال  
 وأسأل الرواب نيل الارب  
 القول فى المأكول من حبوب  
 القمح فى المزاج حمر لين  
 يلايم الطبع ويصلح الحجا  
 الفضله الزاهى المنير الذهبى

## LEXIQUE

- V. 25 حب - حبوب : Graine, sous ce terme, l'auteur réunit sans distinction céréale et légumineuses.
- V. 36 القمح : Le blé (céréale).
- الحمر : Le chaud, relatif au tempérament (V. principes de la M.A.).
- لين «doux»; relatif au tempérament. (V. principes de la M.A.).
- V. 38 يصلح الحجا : Aphrodisiaque.

## TRADUCTION

---

10. Merveilleuse, elle reluit de la beauté de ses fleurs et réjouit la vue,
11. Et combien les parcs des palais ont brillé de sa rosée matinale !  
matinale !
12. On reste bouche bée devant ses fleurs parfumées couvertes de perles de pluie;
13. Et les épis se chargent, de graines dans un modèle rappelant celui des atomes;
14. Ses fleurs sont de variétés différentes.
15. Ici des couronnes, là des cônes, ici des bonnes odeurs et là des beautés.
16. Les abeilles ont chanté dessus, inspirées par le Tout-Puissant.
17. Et toutes les plantes, herbes et arbres, furent créés avec sagesse par le Dieu des hommes,
18. Et le Miséricordieux n'a rien créé inutilement, comme terres sauvages et cultivées.
19. A chaque saison Il nous procure une nourriture, Louanges à Lui, Il a comblé ses serviteurs de bienfaits.
20. Nous Le remercions pour Ses dons et croyons à la résurrection après la mort,
21. Et sommes persuadés que le mal n'est guéri que si cela est écrit
22. Enfin, les prières et le salut éternel sur l'envoyé et le dévot Mohamed.
23. Ainsi que sur les siens, ses compagnons et ses disciples, autant de fois qu'il a plu sur les terres.
24. Le but de cette oeuvre est de citer le tempérament de nos aliments utilisés,

## TRANSCRIPTION

- |                                 |                           |
|---------------------------------|---------------------------|
| 10. تسدى السرور وقت مد البصر    | رائمة تجلى تجلى الزمر     |
| 11. تزمودر يردى المصون          | كم أصبحت عرائس القصور     |
| 12. مكللا بلؤلؤ الأمطار         | وافتر ثمر بنورها المطار   |
| 13. فى نسق تحكى عقودا من درر    | أبدت سنابل تحيط بالثمر    |
| 14. يسمو على قلاند الإبهالي     | نوارها مختلف الاشكال      |
| 15. وذى مدا من وذى احداق        | من ذى أكاليل وذى ابواق    |
| 16. عن أمر من يقهر كل أمر       | غنى عليه النعل بالزامر    |
| 17. خلقه بحكمة رب البشر         | وكل نبت من حشيش أو شجر    |
| 18. من كل برى وما قد حرثا       | ما خلق الرحمان شيئا عبثا  |
| 19. سبحانه عم العباد كرما       | يرزقنا فى كل فصل نعمما    |
| 20. معترف ببعثه بعد العدم       | نحمده حسد مقر بالنم       |
| 21. الا الذى أجرى القضاء والقدر | معتقدا أن ليس يذهب السرور |
| 22. على الرسول المتقى محمد      | ثم الصلاة والسلام السرمد  |
| 23. ما أنهل وأبل على البقاع     | والله الحبيب والاتباع     |
| 24. نكر مزاج قوتنا المستعمل     | وبعد فالقصيد بهذى الجمل   |

1. Au Nom de Dieu, le Clément, Le Miséricordieux, que Dieu benisse notre Seigneur Mohamed et les siens..
2. Gloire à Dieu, Le Sage et Le Guide, Qui inspire la guidance à chacun des dévots,
3. Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la Végétation.
4. Louanges à Celui qui a créé les vents utiles à Ses serviteurs,
5. Qui envoie les vents porteurs de pluie de Ses mains de Grâce débordante.
6. les faisant sortir du plus profond des nuages, chargés des nouvelles les plus merveilleuses,
7. Amenant une pluie aux mains généreuses, à tous, présents et absents,
8. Arrosant les terres mortes et leur offrant un secours idéal.
9. La terre se pare alors d'un bel habit vert et se pavane dans son vêtement de soie.



- وامنحه من أمسى له مثثافا 47. كحل به الجفسون والاحداقا  
 فقد حبك الله في التعبير 48. من جودة التصدير في التقرير  
 ما بهر الالباب والاسماعا 49. لازلت شيخا شامخا نفعا  
 تقرب الاقصى بلفظ موجز 50. وتبسط البذل يومد منجز  
 بجاه صاحب اللوا والتاج 51. يادى السناء قمر الديباجى  
 صلى عليه رينا وسلما 52. ما بلل الرياض وييل وهمى

انتهى المسؤال وسيليه الجواب

والله الخوفق للصواب

- بسم الله الرحمن الرحيم 1. وصلى الله على سيدنا محمد وآله  
 الحمد لله الحكيم المرشد 2. الملم الرشد لكل مهتد  
 المنزل الغيث من السماء 3. الرازق الاقوات للنماء  
 سبحانه وسفر الرياحا 4. مفيد عباده صلاها  
 وأرسل اللوايح العظيمة 5. بين يدى رحمته العبيمة  
 فاطلت من غمر السحاب 6. مبشرات جمة العجايب  
 تحمل خيلا سابع الايادى 7. لكل حاضر وكل يادى  
 سيقت لىلى بلد موات 8. احيى بغيث شسامل موات  
 فاخضرت الارض بحسن ملبس 9. رافلة فى حلل من مسندس

- Ô maître, fais nous un poème au sujet de la science des aliments..
- Indiques ce qui est lourd et ce qui est léger, ce qui convient aux sujets maigres et aux corpulents et ce qui convient selon les saisons...
- Parle nous des condiments ...
- Et tiens compte de la constitution des gens : âge et «tempérament»...
- Quels sont les meilleurs horaires pour manger ?
- Si, lors d'un festin, il y a plusieurs mets, par quoi devrions nous commencer et qui ya-t-il pour favoriser la digestion ?
- ... Ne négliges aucun aliment aussi bien solide que liquide : les légumes, les fruits secs et les fruits frais ..
- quelles sont les meilleurs eaux de boisson et ya-t-il un moyen d'en déterminer le poids ? ..
- Que penses-tu du fait que les aliments au levain soient à éviter et que les azymes soient à consommer de préférence ?
- Parle-nous des viandes et des laits.
- Qu'est ce qui nuit à la mémoire et quels en sont les remèdes, de même que pour l'intelligence ?
- Parle nous de ce que améliore la voix ..
- Dis nous ce qui favorise la puissance sexuelle..
- Parle nous des habitations et de leur aération.
- Et termine en nous citant le nécessaire de voyage.

- وما يزيد في المني من غلظا  
وكل ما يناسب المقاما  
واعمد لما يسهل في التركيب  
وكل ما القوي به تنحسل  
واقصد بذنا نفع عباد الله  
وما يلذذ النكاح ايضا  
واحكم على الثياب والمساكن  
واخيم فنته النفس بالاسفل  
من ماكل دهن لحفظ البشوره  
في كل هذا والعناء والتعب  
والقطن في الصماخ للرياح  
ومن رأى ان السؤال وهم  
لأننى امرى بمسا قمندت  
فبالسؤال العلم يسمو ويزيد  
بجذ ما يلهى عن المساعدة  
في كتب ما املت من جوابى
- لازلت في العلوم مسكى الشذا  
ما ضر ان تحكمه احكاما  
رعيا لجمال المقتر الكتيب  
قيده ان ذا له محسل  
ما حال من عنه غفول لاه  
افض علينا النقل فيه فيضا  
بمقتضى اموية الأماكن  
عما ترى يصلح في الاسفل  
والفصل لا يضر ان تعبره  
بأى شىء من علاج يذهب  
عند اشتدادها لن صلاح  
عما تكرت لا اراه يسمو  
والخير من ابوابه رمندت  
من مستفيد جاهل ومن مفيد  
وجد كل الجد في الجامة  
من كل ما قررت في الكتاب

### LEXIQUE

- V. 31 المني : Le sperme.  
V. 32 المقاما : L'érection.  
V. 37 اموية المساكن : L'aération des habitations.  
V. 38 سفى - اسفل Voyage.  
V. 39 دهن : Graisse.  
V. 40 علاج Remède  
: La fatigue.  
V. 41 : Le coton.  
: Le conduit auditif externe.

24. في اللحم فصل فيه والالبان وامنن بمسد الباع والبنان  
 25. منه يوافق طباع المفتذى واحكم على كل مزاج بالذى  
 26. وقد علمت غرضى وقصدى والحفظ ما ضرره التصدى  
 27. حاشى تخمين بالذى احتاج فيه وفى الفهم فما العلاج  
 28. سماع حصن الصوت ما يجدى ولتبد ما يحسن الصوت ففى  
 29. مما به يقسرى على النكاح باله فى الكلام بالانصاح  
 30. ماذا يواتيه من السدواء ومن تعرض عن النساء

### LEXIQUE

- V. 5 غذاء - ائذية : Aliment.  
 V. 7 الضعيف : Le sujet maigre, faible.  
 V. 8 الجسم : Le sujet corpulent, gros.  
 V. 9 يئر - ابايزير : Condiment, épice.  
 V. 10 المزاج : Le tempérament, (V. principes de la médecine arabe)  
 V. 12 طبع - طباع : Le tempérament, le « caractère » (V. principes de la M.A.).  
 V. 14 الهضم : La digestion.  
 V. 15 فاكهة : Fruit....  
 Sec. : Sec.  
 طرى : Frais.  
 V. 19 جامد : Solide.  
 مائع : Liquide.  
 خضرة - خضير : Légume.  
 ثمرة - الثمار : Fruit.  
 V. 20 ماء - مياه : Eau.  
 V. 22 خمير : Fermenté (au levain).  
 فطير : Azyne sans levain).  
 V. 24 اللحم : La viande.  
 لبن - اللبن : Lait.  
 V. 26 الحفظ : La mémoire (faculté d'apprendre).  
 V. 27 الفهم : La compréhension, L'intelligence.  
 V. 28 الصوت : La voix.  
 V. 29 النكاح : Le coït, l'acte sexuel.

## TRANSCRIPTION

بسم الله الرحمن الرحيم وصلى الله على سيدنا ومولانا محمد وآله  
قال الشيخ الإمام القنرة الهمام المتبرك به حيا وميتا سيدى الصالح  
ابن المعطى رضى الله تعالى عنهما ونفعنا بهما آمين •

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. المذيا بمـزايـا المـشـرق    | ياشـخـنا للـخـريـر حـلو المنطق |
| 2. كما سـمـا الـدـهر به وزانا  | يا من علا الاتراب والاقترانا   |
| 3. ومن غدا لـصـنـه كالبدر      | يا نجل شـقـرون الجليل القدر    |
| 4. به ازدهب قضـبـها المياسة    | يا من غدت كناسه مكناسه         |
| 5. أرجوزة جيدة سـنـية          | قيد لنا فى الطب ما الاغنية     |
| 6. فهو من العقيد التهديد أبهى  | من نظمك العذب البليغ الأشهى    |
| 7. منها أو ما يناسب الضعيفا    | بين لنا التثييل والخفيفا       |
| 8. فعلمها علم عظيم المنفعة     | أو الجسميم فى الفصول الأربعة   |
| 9. وراح حال الناس فهو الأليق   | وفى الأبازير التى توافق        |
| 10. فاننا لكل فى احتياج        | بمصيب الاسفان والمزاج          |
| 11. كما تراعى مصلح الرديـة     | وأجود الأوقات للأغنية          |
| 12. وخـدـها كـيـما نـحـيد عنها | وما يوافق الطباع منها          |
| 13. من كل ما يشـتـاقه الإنسان  | وإن بناد حضرت اللوان           |
| 14. وما ترى الهضم به يهون      | بأى شـيـء بدؤه يكـون           |
| 15. توصف باليبس أو الرطوبة     | وأى شـيـء فى الفواكه التى      |
| 16. مع الغذاء أنواعها قد كثرت  | أحق بالتقديم منها حضرت         |
| 17. وبالصديق والسرفيق أراف     | صفها على الترتيب أنت أعرف      |
| 18. كيما تم جملة الغذاء        | واستعضر الذهن للاستقصاء        |
| 19. ويابس الثمار بل حتى اللبى  | من جامد ومائع وخضر             |
| 20. شـريـه فى كل وقت يصعد      | وأى شـيـء فى المياه أجود       |
| 21. ما خف منه مـيـزته يجتلى    | وما الدليل فى اختلافه على      |
| 22. يحضر: والقطير منه منتشر    | وما تشبها عن خمير مختمر        |
| 23. فى الهال تممه لنيل الوطر   | أيا تستخدم وما لم يخطر         |

**L'OEUVRE  
PROPREMENT DITE**



30. *ROCHAIX A. et SEDALLIAN P. et SOHIER R. : Traité d'hygiène. Masson et Cie, 1946. T.I pp. 273 — 470.*
31. *RHEM P. L. : Encyclopédie médicale Quillet, pp. 1249 — 1338 et pp. 1399 — 1478. Librairie Aristide Quillet, Paris, 1922.*
32. *VIGUIER G. : Hygiène et prophylaxie, pp 6 7—83 et pp. 85 — 105 et p. 109. Ed. Maloine S.A. 1978.*
33. *VARA TORBEOK R. : Ce que l'Occident doit à la médecine arabe, dans Bull. Informations UNESCO No. 749 — 750, 1980.*



- Le Mustafî d'Ibn Beklâres, Hesp. 1930, T.X., fasc. II, pp 135 — 150.
  - Nouveaux manuscrits d'Avenzoar, Hesp. 1931, T. XII, fasc. I, pp 91 — 105.
  - Suite à l'urgûza d'Avicenne sur la médecine, Hesp. 1931, T. XII, fasc. II, pp. 204 — 228.
22. *RENAUD H.P.J.* : L'enseignement des sciences exactes et l'édition d'ouvrages scientifiques au Maroc avant l'occupation européenne. Encyclopédie Hesperis, 1932, T. XIV, fasc. I, pp. 78 — 89.
  23. *RENAUD H.P.J.* : Un problème de bibliographie arabe : Le Taqwîm al Adwiya. Encyclopédie Hesperis, 1933, T. XVI, fasc. I et II, 1er et 3ème tr., pp 69 — 98.
  24. *RENAUD H.P.J.* : Un médecin du royaume de grenade : Mohamed As-Saguri. Encyclopédie Hesperis, 1946, T. XXXIII, 1er et 2ème tr., p. 31 — 64.
  25. *RENAUD H.P.J.* : Les manuscrits arabes de la bibliothèque de Rabat relatifs à la médecine, dans Bull. soc. franç. d'hist. de la médecine, Juillet — Août 1923.
  26. *RENAUD H.P.J.* : De quelques acquisitions rescentes sur l'histoire de la médecine arabe au Maroc dans les actes du Congrès internat. d'hist. de la médecine, Genève, 1925.
  27. *RENAUD H.P.J.* : Etat de nos connaissances sur la Médecine ancienne au Maroc, Bull. de l'instit. des Hautes études Maroc. n°1, Dec. 1920, E. Larose, Paris.
  28. *RENAUD H.P.J.* : et *COLIN G.S.* : «T'ohfat al ahbâb» ou glossaire de la matière médicale marocaine. Librairie orientaliste Paul Geuthner, Paris, 1934.
  29. *RENAUD H.P.J.* et *COLIN G.S.* : Glossaire sur le Mansuri de Rhazès par Ibn al-Hachcha.

11. **GUINAUDEAU Z.** : Fès vue par sa cuisine. Ed. Laurent, Oudaia, Rabat, 1957.
12. **HAHN A. et DUMAITRE P.** : Histoire de la médecine et du livre médical (à la lumière des collections de la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris). Ed. Pigmalion Olivier Perrin, Paris 1978.
13. **IMBEAUX H.** : Qualités de l'eau et moyens de correction. Dunod, Paris, 1935.
14. **KASIMIRSKI (De BIBEN STEIN)** : Dictionnaire arabe-Français.
15. **LEOLERO L.** : Histoire de la médecine arabe. Les traductions du grec. Les sciences en Orient et leur transmission à l'occident par les trad. Latines. Tome I. Leroux, Paris, 1876.
16. **LEOLERO L.** : Traité de la matière médicale arabe ou «Kashfer-Roumouz» du médecin algérien du 18ème s., Abd ar-Razsâq al Jazâiry. Trad. et annoté, Paris Baillière 1874.
17. **LEDERER J.** : Encyclopédie moderne de l'hygiène alimentaire. T.I, pp 9 — 42, T. II, p 252, T. III, pp 486 — 487. Ed. Nawelaerts, Bruxelles, 1971.
18. **MERCIER H.** : Dictionnaire arabe-Français. Ed. La porte, Rabat, 1951.
19. **POTZEYS F. et SHOOPS F.** : Traité de technologie sanitaire. Tome I.
20. **PASQUALINI H.** : Contribution à l'étude de la médecine traditionnelle au Maroc. Thèse de doctorat en médecine Bordeaux, 1957.
21. **RENAUD H.P.J.** : Trois études de la médecine arabe en Occident. Encyclopédie Hespéris :

1. **AMMAR S.** : En souvenir de la Médecine arabe, quelques un de ses grands noms. Imp. Bascone, Tunis, 1965.
2. **BARINTY M. et COUREY O.** : Histoire de la Médecine. Ed. Fayard, PARIS, 1963.
3. **BEAUCIER M.** : Dictionnaire pratique arabe-Français (arabe parlé algéro-tunisien), Alger, 1887.
4. **BELLAKHDAR J.** : Médecine traditionnelle et toxicologie Ouest Sahariennes. Ed. Nord-africaines, Rabat, 1976.
5. **COLIN G.S.** : Fichier linguistique et documentation laissée par l'auteur servant de base à la rédaction d'un dictionnaire Arabe (parlé au Maroc) — Français à l'I.E.R.A. de Rabat.
6. **DOZY R.** : Supplément aux dictionnaires arabes, Leyde-Paris, 2<sup>e</sup> éd. 1927.
7. **EL ALAMI A.** : L'Islam et la culture médicale, médecine et biologie dans leur rapport avec l'Islam. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.
8. **EL KHACHANI M.** : Les grands tournants de la médecine arabe. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.
9. **FARAJ A.** : Relations médicales Hispano-Maghrebines au 12ème s. Ed. Vêga, Paris, 1935.
10. **GERNEZ, RIEUX et GERVOIS** : Médecine preventive santé publique et hygiène. Flammarion, 1976.

## BIBLIOGRAPHIE

---

aire est défini à partir de là qu'un style d'habillement est adopté, et c'est encore sur cette base que les remèdes sont prescrits. Ainsi, pour être en mesure d'apprécier la rigueur scientifique dont fait effectivement preuve, tout au long de l'oeuvre, le professeur, il faut absolument prendre en considération ce principe de base. Ce point limite d'ailleurs les possibilités d'analyse et les comparaisons à la base des connaissances modernes mais malgré tout il persiste, dans l'application pratique des points de discussion qui nous ont permis de conclure que :

— si certains aspects annoncent la science moderne, tel est le cas, dans le domaine de la chimie, de l'intéressant chapitre des eaux de boisson, par exemple,

— et si certaines données sont encore reconnues et même exploitées de nos jours comme c'est le cas des propriétés curatives reconnues à certaines plantes,

— les lacunes existent aussi, en rapport, les unes avec les limites des connaissances, propres à cette période de l'humanité (exemple la méconnaissance des micro-organismes), et les autres, avec le déclin même de cette médecine qui est effectif à l'époque de composition de l'oeuvre et qui se manifeste par certains jugements par trop subjectifs et par des passages, heureusement très rares dans la «*Shaqrûniyah*», qui introduisent des concepts de magie et de superstition dans la médecine; c'est ceci qui ramènera peu à peu cette médecine au rang de médecine traditionnelle.

Cette oeuvre montre, et ceci est notre conclusion finale, l'importance donnée au sein de cette médecine à l'hygiène dans son sens large, et malgré ses limites, la «*Shaqrûniyah*» a le mérite de nous ouvrir une «fenêtre» sur la médecine arabe pour ce qui est de ses principes, de son raisonnement et de ses préoccupations; cet aspect nous a permis d'en faire un rapprochement avec les médecines orientales (acupuncture, macrobiotique,) qui sont elles aussi basées sur l'étude des quatre éléments de la nature et qui se fixent elles aussi pour but le rétablissement d'un équilibre, en l'occurrence l'équilibre entre le «Yin» et le «Yang»; ainsi, il n'est pas exclu, que parallèlement au regain d'importance que connaissent ces dernières de nos jours dans les pays Occidentaux, la médecine arabe ne connaisse, elle aussi, une réactualisation et soit de nouveau réhabilitée.

tiré de tous ces éléments et ce, en harmonie avec le contexte géographique et les possibilités techniques de l'époque.

L'auteur commence ainsi l'oeuvre par un chapitre de diététique très complet dans lequel il aborde entre autres l'étude de plus d'une cinquantaine de produits végétaux (fruits et légumes) dont certains sont très spécifiques au Maroc, d'une vingtaine de plats cuisinés et de pâtisseries, pour la plus part encore préparés de nos jours (les ingrédients en ont été précisés dans le lexique) et d'une manière générale il montre le rôle primordial que joue l'alimentation dans la santé de l'individu.

A ce dernier, fait suite le chapitre de l'hygiène des vêtements dans lequel le professeur, à travers, l'étude des tissus naturels nous fait découvrir des propriétés insoupçonnées des vêtements aussi bien préventives que curatives.

L'auteur aborde ensuite l'étude de l'hygiène des habitations à travers laquelle il montre comment tirer le maximum d'avantages de la simple adaptation de l'architecture, du site et de l'exposition pour satisfaire aux nécessités de l'homme.

Enfin, et pour clôturer le domaine de l'hygiène, l'auteur traite quelques points de l'hygiène du voyageur, et, à condition de le replacer dans son contexte, cette étude ne manque pas d'intérêt. Dans ce chapitre nous avons pu découvrir quelques remèdes naturels de la médecine arabe en générale et de la médecine marocaine en particulier nous rappelant les courts chapitres réservés à la thérapeutique par les simples, (dont une étude a été ébauchée dans le lexique par la précision par exemple des dénominations latines).

En faite, vu la grande richesse de cette oeuvre nous n'avons pas pu faire une analyse complète de toutes les données cependant, rappelons que, d'une manière générale, la «Shaqrūniyah» est basée sur le principe de la médecine grecque ancienne et ce dernier repose sur le fait que toute matière est composée des quatre éléments, (y compris le corps humain), et préconise l'équilibre entre ces constituants pour atteindre l'état de santé. C'est à partir de là que les aliments sont décrits, c'est à partir de là que le régime aliment-

## CONCLUSION

Finalement, ce travail nous amène à conclure sur, d'un côté la «Urjūzah Ash-Shaqrūniyah» elle même et son auteur, de l'autre sur ce qui est sa base de référence, la médecine arabe.

En faite, avant d'avoir eu accès à la «Shaqrūniyah» dans sa profondeur réelle, nous avons d'abord été amené à éclaircir ses bases et à retourner à ses sources; ceci nous a permis de découvrir la médecine arabe qui est, de par ses principes de base, l'héritage de la médecine grecque ancienne, redécouverte par les musulmans lors de leurs conquêtes, adoptée à leurs nécessités et imprégnée par leur génie propre et de ce fait, promue au rang de médecine officielle à travers le monde pendant des siècles, avant de peu à peu et parallèlement à l'empire musulman, connaître le declin et ce dès le 13ème siècle; d'ailleurs comme preuve du rapport étroit qui existe entre cette médecine et l'islam notons, dans la «Shaqrūniyah», le style même de composition débutant et se terminant par des louanges au Seigneur.

Grâce à cette oeuvre, authentifiée par des manuscrits bien conservés et une lithographie récente ainsi que par les écrits d'historiens célèbres, passés et contemporains, le médecin marocain 'Abd al Qâdir Ibn Shaqrūn nous offre un des derniers témoignages, digne de ce nom, de cette médecine.

L'oeuvre, écrite dans un style agréable et simple, sous la forme «rajaaz» pour des fins didactiques, a, deplus et surtout le mérite d'être un véritable traité d'hygiène qui préconise l'utilisation de tous les éléments du milieu extérieur (aliments, vêtements, habitations, climat.) pour assurer à l'homme son équilibre physique; à ce propos le professeur montre comment le meilleur parti peut être

exemple, dans les voyages aériens, le confort est assuré et c'est la vitesse, l'altitude et les vibrations qui sont la source des inconvénients à prévenir. Cependant, le professeur évoque un point encore actuel, le mal de mer, pour la prévention duquel il conseille la purgation et qui est actuellement assimilé aux «mal des transports» en général que l'on prévient par la prise, avant le voyage, d'antihistaminiques de synthèse.

Une deuxième originalité tient au fait que l'un des principaux soucis est, comme d'ailleurs tout au long de la «Shaqruniyah», de maintenir chez le voyageur l'équilibre du tempérament et ceci est d'autant plus pressant que celui-ci est constamment exposé aux agressions extérieures (climatiques et autres). C'est dans ce but que le professeur cite, selon les nécessités, différents produits et aliments refroidissants, humidifiants, réchauffants.. et, concernant ce deuxième point, il n'y a pas de discussion possible vu que cela se réclame du principe même de la médecine arabe.

Quelques points de comparaison persistent malgré tout, en effet, en cas de voyage de longue durée, il est encore classique de prévoir une petite pharmacie contenant des produits de première nécessité; deplus et à ce propos, il est aussi question dans la «Urjūzah» de quelques produits préventifs qui ont leur correspondant moderne comme cette préparation destinée à protéger le visage contre le soleil V. 631 — 632 — 633 et qui rappelle les crèmes solaires, ou cette autre préparation V. 657 — 658 qui rappelle les pommades révulsives (utilisées en général contre les moustiques) et qui est préconisée ici pour la prévention des poux, enfin, cette autre préparation à ajouter aux eaux de boisson V. 653 — 654 — 655 que le professeur certes prescrit pour dépolluer l'air ambiant, mais dont l'utilisation pourrait être double car, vu ses constituants, ail, oignon, vinaigre,...), elle ressemble beaucoup à une préparation antiseptique dont l'emploi serait largement justifié si on se rappelle les dangers de l'eau, surtout à l'époque.

Ainsi, à condition de replacer l'oeuvre dans son époque et dans son contexte médical, il nous est encore une fois possible d'apprécier la richesse de ce chapitre.



préoccupations importantes non mentionnées par l'auteur; c'est le cas par exemple :

- de l'ensoleillement (qui, est actuellement reconnu pour son rôle antiseptique et qui, par l'apport des rayons U.V., permet la synthèse de la vitamine D par le corps...);
- de la lutte contre l'humidité (pour la prévention de certaines maladies comme la tuberculose);
- des installations sanitaires et de la propreté d'une manière générale.

Cependant nous ne pouvons reprocher au professeur d'avoir voulu restreindre son sujet à quelques points particuliers.

Dans ce chapitre, l'auteur a montré comment adapter au mieux les habitations, aux besoins humains et ce par le simple choix de l'architecture, du site et de l'exposition. N'oublions pas cependant pour apprécier ses dires à leur juste valeur de les replacer dans leur contexte : l'époque et la situation géographique.

#### *A propos de l'hygiène du voyageur :*

Après l'hygiène alimentaire, l'hygiène du vêtement et l'hygiène des habitations, le professeur Ibn Shaqrûn aborde, pour être complet, l'hygiène du voyageur; notons que ce domaine est également pris en considération dans les traités modernes d'hygiène, car en effet, l'homme, en voyageant, est amené à changer son mode de vie habituel et à s'exposer à des conditions extérieures particulières susceptibles de nuire à sa santé.

En fait, ce qui limite les comparaisons avec les connaissances modernes c'est que l'exposé du professeur est doublement original :

Une première originalité tient au mode particulier de voyage de l'époque (marche à pied, à dos d'animaux,...) qui demande beaucoup de la part du voyageur.. affronter le climat, prévoir ses provisions de nourriture. Sur ce premier point, les conditions ont changé et avec elles les précautions et les mesures d'hygiène; ainsi, par

tente alors qu'il existe actuellement des moyens permettant l'écoulement de l'air dans les chambres. La théorie prévoit une amenée d'air frais et une ouverture d'échappement située en hauteur (2/3 de la hauteur du mur), pour permettre l'élimination de l'air vicié qui, plus chaud que l'air frais, a tendance à monter; l'écoulement doit se faire à une vitesse optimum de 0m 50/a.

Dans la pratique, les techniques sont nombreuses et plus ou moins sophistiquées (ouvertures spéciales, cheminées spéciales,... pour les appartements il existe des réseaux de conduits d'air dans lesquels l'air est en même temps climatisé...).

A propos du climatisme qui est «l'ensemble des constatations et déductions tirées de l'étude des climats en vue de leur application pratique à l'hygiène et au traitement des maladies» (Larousse), l'auteur en parle comme d'une préoccupation quotidienne qui doit être prise en considération par le choix du site et de l'exposition des habitations.

Deux points sont soulevés :

- Les bienfaits de l'altitude où l'air est effectivement pur;
- l'exposition aux différents vents en fonction des nécessités et à ce propos, nous voyons une fois de plus l'extension du principe des éléments aux vents.

Bien qu'un peu négligée dans la vie moderne, cette science existe et a déjà fait ses preuves notamment dans le domaine de la thérapeutique; rappelons, à titre d'exemple :

- La cure d'altitude pour les asthmatiques, les coquelucheux, les bronchitiques.
- L'altitude combinée à la cure de soleil dans les anciens sanatoria pour tuberculeux..

Ce ne sont là, comme nous l'avons dit, que quelques points de l'hygiène des habitations, en effet, ce domaine présente d'autres

tion par la simple adaptation de l'architecture (larges portes, ouvertures étroites, etc...).

Il semble d'ailleurs que le principal souci de l'auteur soit la lutte contre le chaud ce qui s'explique aisément si l'on replace l'oeuvre dans son contexte géographique (la région Fès — Meknès à un climat continental aux étés torrides).

Si l'auteur ne parle ni de moyens de chauffage ni de refroidissement, si modestes soient-ils, c'est à notre avis, pour d'avantage mettre l'accent sur les possibilités de la seule architecture; cette dernière rappelle d'ailleurs la maison marocaine typique, (aux très petites fenêtres donnant sur l'extérieur et aux chambres largement ouvertes sur une cour intérieure), qui s'adapte parfaitement au climat local.

A propos de l'aération proprement dite, l'auteur n'en fait qu'une seule allusion, et ce en parlant des tentes V. 619 où «l'air, dit-il, ne stagne pas, ce qui le rend exempt de putréfaction».

Nous savons en effet, que l'air qui stagne dans une pièce habitée, subit une viciation par :

- La respiration de ses occupants qui augmente le taux d'anhydride carbonique ( $CO_2$ ) rendant l'air peu à peu irrespirable (la proportion convenable pour un air d'habitation pur est de 0.3/1000), qui augmente la teneur de l'air en humidité et élève la température, gênant les échanges cutanés;

- les autres phénomènes naturels tels que la transpiration, les gaz intestinaux etc ... qui chargent l'air de matières volatiles et d'eau.

- les autres causes de pollution qui sont la poussière, les appareils d'éclairage et de chauffage (ces derniers pouvant même dégager des gaz mortels comme l'oxyde de carbone( $CO$ ), etc.. Tous ces facteurs justifient le terme de «putréfaction» de l'air utilisé par A. Ibn Shaqrân.

Cependant, le seul moyen cité par l'auteur est la vie sous la

couleur qui intervient, les couleurs claires étant les plus efficaces dans la protection contre les rayons solaires.

La protection contre l'humidité est assurée par les habits imperméables.

Enfin, les chaussures et la coiffure font eux aussi partie du «vêtement» et doivent être adaptées selon les circonstances.

De ce qui précède, nous pouvons relever, dans la pratique, quelques points communs; ainsi, la laine, classée comme «chaude» dans la «Urjuzah» est considérée effectivement comme habit d'hiver selon la théorie moderne et le lin, jugé comme «froid» dans la conception classique est un habit d'été selon la conception moderne.. La seule contradiction est celle à propos du coton qui selon la théorie moderne, constitue une protection contre la chaleur...

Cependant, rappelons encore une fois que la divergence entre les deux conceptions limite l'analyse de l'une par l'autre et finalement elles pourraient même fort bien se compléter notamment par le rôle thérapeutique attribué au vêtement dans la conception classique..

#### *A propos de l'aération des habitations :*

Dans ce court chapitre, intitulé « aération des habitations », l'auteur soulève en fait différents points intéressants de l'hygiène de l'habitation : La climatisation, l'aération proprement dite, et un domaine original qui est le climatisme.

La climatisation des habitations est une des grandes préoccupations du domisme et cela apparaît d'ailleurs comme le premier souci de l'auteur. De nos jours, le seul moyen proposé est l'utilisation d'appareils de chauffage ou de refroidissement de l'air et il est inutile, d'énumérer ici les innombrables possibilités qu'offre la technologie moderne en cette matière.

L'originalité de l'auteur tient à ce fait qu'il propose une solu-

comprend ce chapitre, il n'y a pas de doute qu'il s'agit là d'une étude de spécialiste.

#### *A propos de l'hygiène du vêtement :*

Nous présenterons le point de vue classique ( celui de la «Urjûzah») puis le point de vue moderne, et nous concluerons par quelques données comparatives.

Dans ce chapitre, nous voyons :

— d'un côté l'extension du principe des éléments aux tissus et aux vêtements, qui pourront être adaptés au «caractère» des individus pour maintenir l'équilibre du «tempérament» et prévenir ainsi l'état de maladie; — de l'autre, et à côté de ce rôle préventif, le rôle thérapeutique attribué à l'habillement et ce, aussi bien vis à vis de maladies externes (telles que les parasitoses cutanées...) que vis à vis de maladies internes, neurologiques et autres; ces données mériteraient en fait, d'être expérimentées.

La science hygiénique moderne, réserve elle aussi une place à l'hygiène du vêtement, cependant ses préoccupations et ses critères sont tout autres.

Le vêtement, selon cette conception, joue essentiellement un rôle préventif et ce, par la protection qu'il procure au corps (mécanique, contre le froid, le chaud et l'humidité); il doit de plus, obéir à la condition de ne pas gêner les fonctions de la peau (l'évaporation, la respiration, l'élimination des sécrétions, etc ....).

La propriété d'isolant contre le froid est attribuée à la proportion d'air au sein du tissu dans lequel est taillé le vêtement; plus un tissu contient de l'air, meilleur isolant il est; ainsi, les lainages qui renferment 95% d'air, représentent l'habit d'hiver idéal.

La protection contre le chaud se fait grâce aux tissus qui permettent au mieux l'évaporation cutanée; il s'agit des tissus très perméables à l'air; c'est le cas du coton et du lin par exemple, qui sont donc adaptés à l'été. A ce propos, il ya aussi le rôle de la

Le passage proscrivant l'eau conservée rejoint ces données «microbiologiques»; en effet, une eau non stérile est putréscible après quelques jours à cause de la pullulation des microorganismes qui s'y trouvaient à l'origine, et elle peut être cause de troubles variés et plus ou moins graves selon la nature de ces microbes et leur virulence.

Cela rejoint enfin, à la fin du chapitre, la proscription de boire de l'eau en période d'épidémie.

Malheureusement, l'auteur ne donne aucune idée de la manière de pallier à ces inconvénients (ne serait-ce que le fait de bouillir l'eau par exemple...) quoi que dans le chapitre des voyages il cite une préparation à ajouter aux boissons et qui pourrait fort bien correspondre à un moyen d'aseptiser une eau douteuse (conferes au commentaire de ce chapitre).

En conclusion de ces trois points concernant les caractéristiques physiques, chimiques et «microbiologiques» des eaux de boisson, nous pouvons dire que l'auteur a fait le tour de la question, et ce sont là les trois critères admis de nos jours pour étudier les

Une remarque à propos de la supériorité de «l'eau courante qui se dirige vers l'Est ...» : pour comprendre cela, rappelons qu'il existe un phénomène d'autoépuration des fleuves; en effet, «sept kilomètres en aval du point où se déverse l'eau sale (par exemple à la sortie d'un village), les cours d'eau ont déjà récupéré leur pureté; ceci se fait grâce à l'action antiseptique combinée du soleil, du brassage et de l'oxygène..» (Encyclopédie Médicale Quillet). Ainsi, un cours d'eau qui se dirige vers le soleil levant présentant une plus grande «surface de contact» aux rayons solaires ferait effectivement l'objet d'une meilleure épuration...

Enfin, l'auteur termine sur un conseil diététique, au sujet de la proscription de boire de l'eau au moment du repas ou immédiatement après; ceci se justifie par le fait que l'eau dilue les sucs digestifs et contrarie ainsi la digestion.

Pour conclure, disons que, malgré les petites imperfections que

L'eau de pluie qui est citée comme «la meilleure» est, en effet, pure car elle provient directement de l'eau de mer par évaporation; quant à la remarque : «elle a été adoucie par l'air ..», cela se justifie par le fait que l'eau de pluie s'enrichit de gaz lors de sa traversée de l'atmosphère. Le seul inconvénient à noter à propos de l'eau de pluie est sa pauvreté en sels minéraux, qui sera d'ailleurs compensée lors de son contact avec le sol.

Concernant l'eau des fleuves, elle est décrite comme «occupant le rang d'un aliment» et cette remarque rejoint, à notre avis, ce que l'auteur dit à la fin de ce chapitre, à propos de l'influence du terrain d'écoulement sur la qualité ( la composition ) des eaux; ainsi le «rang d'un aliment» serait dû à sa richesse en oligo-éléments; précisons à ce propos que, si le plomb est très justement condamné par l'auteur (nous connaissons actuellement l'existence d'une intoxication due à l'ingestion de plomb appelée «saturnisme»), le fer, par contre, et contrairement à ce qui est avancé dans la *Urjuzah*, est un élément indésirable et fait l'objet d'une élimination systématique dans le traitement moderne des eaux de distribution.

Toujours dans le cadre de la composition chimique des eaux et à propos de l'expérience V. 452, 479 qui permettrait de comparer le «poids» de deux eaux, nous ne voyons pas l'intérêt pratique d'une telle donnée et aucun ouvrage spécialisé n'y fait allusion; cependant cela pourrait peut-être se rapprocher de la notion de «dureté» d'une eau qui est la propriété que communiquent à une eau plus ou moins grande teneur en sels calcaires et de magnésie...

Le troisième point de discussion est l'étude des maladies dues à l'eau et le terme moderne serait la «microbiologie» des eaux.

Nous voyons, à ce sujet, que malgré les limites des moyens d'investigation de l'époque, il y a une intuition quant à l'existence de maladies transmises par l'eau. En effet nous savons actuellement que l'eau peut transmettre de nombreuses affections aussi bien parasitaires (la bilharziose, la distomatose, la filariose, etc...) que bactériennes (la typhoïde, la dysenterie, le choléra etc...), et la condamnation de «l'eau stagnante des lacs» est parfaitement justifiée.

Pour finir, signalons que la magie est considérée comme une maladie dont l'effet serait traité par une résine d'arbre V.347 ce qui rappelle dans le chapitre des remèdes de l'intelligence le rôle bénéfique attribué à la dent de hyène portée en amulette V. 532 ceci montre l'introduction dans la médecine de superstition; cependant, ces donnés sont par bonheur très rares dans la «Shagrûniyah».

Nous pouvons conclure, sur ces quelques points d'étude, d'une oeuvre riche, qui témoigne de la part du professeur d'une connaissance profonde des aliments et de leurs propriétés; cependant, parallèlement il apparaît un certain nombre de lacunes qui reflètent, les unes la limite des connaissances propre à cette époque de l'humanité (notamment la méconnaissance des micro-organismes pathogènes), les autres le déclin de cette médecine.

Mais encore une fois rappelons que l'analyse de la «Shagrûniyah» à la lumière des connaissances modernes ne peut se faire qu'avec des limites car cette oeuvre est basée sur une conception complètement autre.

#### *A propos des eaux de boisson :*

Dans ce chapitre concernant les eaux de boisson, nous avons ressorti essentiellement quatre points : Les propriétés physiques des eaux, leur composition chimique, les dangers de l'eau (ou les «maladies hydriques») et quelques conseils diététiques.

Le professeur A. Ibn Shagrûn commence par la description des qualités auxquelles doivent satisfaire les eaux de boisson; il cite à ce propos le goût, qui doit être agréable, puis la limpidité ou transparence.

En fait, pour être complet et parler d'eau potable dans son acceptation scientifique moderne, il convient d'ajouter deux autres propriétés physiques qui sont l'absence d'odeur et l'absence de couleur.

L'auteur aborde ensuite l'étude des différentes eaux selon leur provenance (pluie, fleuve, eaux souterraines,...) et il s'agit là en fait d'une étude chimique des eaux.



position aux animaux carnivores ... Nous pourrions, pour terminer, illustrer cela par le dicton :

«Tu deviens ce que tu manges».

*Remarques à propos des données de physiopathologie :*

D'une manière générale, les maladies sont toutes ramenées, selon le principe même de la médecine arabe, à un déséquilibre du tempérament et selon ce même principe des aliments seront prescrits pour le traitement; cependant, il est parfois possible de faire des rapprochements, ainsi :

— certaines données se rapprochent beaucoup de la conception actuelle et nous avons relevé deux exemples à ce sujet,

la paralysie faciale ( «al-laqwah» ) qui est décrite par le professeur comme étant due à un excès de «frod» et que évoque la paralysie a frigore également ramenée à un coup de froid,

et l'hydropisie qui correspond à l'ascite et qui, par les différentes caractéristiques données dans la «Shaqrûniâh» (due à une atteinte hépatique V. 227 et non compatible avec l'ingestion d'aliments salés V. 221, semble même correspondre plus précisément à l'ascite de cause cirrhotique.

— D'autres sont difficiles à interpréter et c'est le cas du phénomène de «l'obstruction» («as-sadâd»), et de son opposé, la «désobstruction» («al infitâh») de certains organes (foie et rate) qui semble correspondre au phénomène de congestion de ces organes...

— Pour d'autres maladies enfin, bien qu'ayant des dénominations modernes telles que les « maladies rénales et hépatiques », l'«incontinence urinaire», les «calculs rénaux» etc ..., l'auteur n'en donne aucune précision, pas plus d'ailleurs qu'au mode d'action des aliments, prescrits pour leur traitement et dont l'action «bénéfique» n'est souvent justifiée que par la simple référence à ce qu'en «ont dit les sages»...

fèves viennent en premier et cette insistance du professeur nous a fait évoquer, outre leur lenteur de digestion, une maladie connue sous le nom de «favisme» qui consiste en une hémolyse aigüe, provoquée, chez des personnes prédisposées(1), par l'ingestion de fèves..

Le sucre, est lui aussi incriminé à plusieurs reprises par l'auteur qui parle même de prurit (un des signes possibles du diabète) provoqué par l'ingestion abusive de dattes V. 340; il n'omet d'ailleurs pas de signaler ses méfaits pour les dents.

Cependant, la liste est longue et nous ne pouvons pas passer en revue tout ce que le professeur a dit à propos de chaque aliment, comme éloges justifiés ou non, comme condamnations erronées ou bien à propos et comme omissions car une telle étude dépasserait le cadre de ce présent travail.

Pour terminer ce commentaire purement diététique voyons quelques remarques intéressantes :

— à propos de l'influence de la cuisson sur les aliments :

La nuisance de fritures, signalée à deux reprises dans la «Shaqrûniyah» V. 99 V. 169 rejoint le fait que selon des auteurs modernes, les graisses cuites sont nocives et même cancérogènes (Encyc. moderne de l'hyg. alim. Lederer).

La propriété reconnue à la cuisson de détruire la « force nutritive» d'un aliment V. 147, pourrait être rapprochée de la notion moderne de destruction des vitamines.

— à propos de l'influence de certains aliments sur le comportement de l'individu V. 166, V. 128, V.322, il est aisé d'adhérer à cette thèse si l'on se rappelle que beaucoup de drogues sont des végétaux, et, sans aller jusque là, nous utilisons quotidiennement dans notre alimentation des modificateurs du comportement comme le thé, le café, ... et de là à étendre cette constatation aux aliments proprement dits, il n'y a qu'un pas; pour appuyer cela, il suffit d'observer chez les animaux herbivores ce calme relatif par op-

---

(1) Déficit enzymatique en Glucose — 6 — phospho — Dehydrogénase.

tringent et qui est actuellement encore reconnu pour son efficacité, spécialement contre les diarrhées du nourrisson. « Cette action est imputable, d'une part à la pectine et au tanin des gousses, d'autre part aux mannanes et aux galactanes des graines » (Jamal Bel-lakhdar Med. trad. et toxicol. O. Sahar).

Il en existe même des spécialités pharmaceutiques : « Caruba », « Arobon », ...

A rattacher à ce dernier, la pomme est aussi, à juste titre, reconnue comme astringente V. 260.

Cette propriété, due à sa richesse en pectine, justifie sa prescription dans la diarrhée du nourrisson.

— Pour certaines propriétés concernant d'autres aliments, nous avons tenté de donner une justification scientifique, ainsi :

Des aliments, décrits comme ayant la propriété de « renouveler le sang » ou de « donner des couleurs » (nous avons crupouvoir ramener ces deux propriétés à une seule et même raison : la meilleure production de globules rouges), et il s'agit en l'occurrence du riz, du pain de blé, des dattes, des oignons, ils se sont révélés avoir tous un point commun qui est leur richesse en un élément essentiel au métabolisme de l'hémoglobine du sang : le fer ...

Certains aliments décrits comme aphrodisiaques, comme le blé et le jaune d'oeuf, présentent un point commun qui est leur haute teneur en vitamine E, (connue aussi sous le nom de « Vitamine de la fécondité » mais dont le rôle exact n'est pas encore bien défini...)

Notons cependant que, dans cette question des aphrodisiaques (aliments et préparations) l'auteur manque parfois d'objectivité et certaines recettes proposées, « secrètes et un peu « magiques » sont parfois même dangereuses comme cette préparation qui comprend le staphysaigre ou « herbe aux poux » V. 537.

Dans la liste des aliments condamnés par l'auteur : Les

le régime traditionnellement adopté chez nous. Deplus, le professeur évoque bien des variantes et nous avons relevé :

des conseils diététiques selon l'activité V. 58.

ce que l'on pourrait rapprocher d'un régime désodé V. 220 et V. 221, qui de plus est, se rattache à l'épanchement pleural et à l'ascite (des signes de désordre hydroelectrolitique) ... ,

de nombreuses allusions aux aliments grossissants ( riz, pois chiches, ... ) qui nous semblent rattachées à des préoccupations esthétiques ... à chaque époque ses normes !

Mais en fait, dans sa conceptualisation réelle, le régime qui ressort de la «Urjuzah» est très nuancé et dépasse le simple qualificatif de «carné» ou «diversifié» et, d'après les principes même régissant la médecine arabe, chaque individu a, selon le type de «caractère» («tab'») auquel il appartient, un régime propre comprenant les aliments qui lui sont adaptés (selon la règle d'équilibre des «tempéraments») et/ou qui sont préparés judicieusement, toujours dans ce même souci d'équilibre des «tempéraments».

Autrepoint de comparaison : l'étude de certaines propriétés attribuées aux aliments.

— Certaines propriétés reconnues aux aliments, dans la «Shaquri-niah» sont encore actuellement confirmées par la science moderne et même exploitées.

Nous commencerons par l'orge qui est présenté V. 155 comme un remède de la constipation. En effet, le rôle bénéfique des céréales (le blé, l'orge, le maïs, ...) dans le traitement de la constipation par ralentissement est un fait reconnu; grâce à leur richesse en cellulose (dans le son), ils jouent un rôle de stimulants mécaniques pour les intestins lors du transit intestinal en donnant sa consistance au bol fécal. A cet effet, il existe actuellement des spécialités diététiques notamment à base de blé : «Action» «Fibron-son», ...

Autre aliment, le carouba, décrit à V. 353 comme un as-

satisfaction ( quantitative et qualitative ) en constituant de base (les glucides, les lipides, les protides) ainsi qu'en vitamines, en sels minéraux et en oligo-éléments, reconnaît différents types de régimes alimentaires, ainsi :

— Selon les habitudes alimentaires = nous distinguons principalement,

— le régime carné (dit «diversifié»), qui comprend la chair des animaux dans l'alimentation et qui est le plus couramment adopté de par le monde;

— et les régimes végétariens, qui écartent eux la viande de l'alimentation; c'est le cas du régime n'écartant que la chair des animaux (régime ovo-lacto-végétarien) et de celui écartant tous les produits d'origine animale aussi bien les viandes d'une façon générale et les oeufs, que le lait et les laitages (régime végétalien); intermédiaire entre ces deux précédents, il y a un régime excluant la chair des animaux et les oeufs tout en admettant le lait et ses dérivés, assurant ainsi un apport adéquat en protéines animales.

— Selon les nécessités et les circonstances, il ya de nombreuses variantes, par exemple :

— Selon l'âge — en effet, l'alimentation du nouveau né et du nourrisson est totalement différente de celle du vieillard..

— Selon l'activité — en effet, un travailleur de force aura un besoin alimentaire plus grand qu'un sédentaire —

— Selon les états morbides — par exemple, pour combattre l'obésité il ya le régime hypocalorique, l'hypertendu est amené à adopter un régime sans sel, le diabétique un régime sans sucre, l'urémique devant éviter les aliments riches en purines..

En revenant à la «Shagrîniah», nous pouvons dire, à la lumière de ce qui précède, que le mode d'alimentation conseillé correspond au régime carné («diversifié») en excluant toutefois la viande de porc et l'alcool pour des raisons religieuses; ceci est d'ailleurs

D'ailleurs, le lait et les laitages ont eux aussi une place importante dans le domaine de l'hygiène alimentaire tant pour leur valeur diététique est bien soulignée par le professeur, que pour les nombreuses mesures hygiéniques desquelles il font l'objet, et à ce propos, l'auteur ne fait hélas aucune allusion, ne serait ce qu'à l'ébullition du lait avant la consommation.

Après les «viandes» d'une manière générale, l'auteur aborde le chapitre des fruits puis des légumes qu'il sépare bien des précédents. Le fait de réunir ces deux types d'aliments se justifie vu qu'ils sont tout les deux d'origine végétale et qu'ils représentant tout deux la principale source de vitamines pour le corps. Cependant, la classification adoptée pour leur présentation et qui les regroupe, tantôt selon leur lieu de culture, tantôt selon la saison de cueillette, tantôt selon une propriété commune..., est très loin de la classification scientifique moderne ( familles, genres, espèces ); toujours est-il qu'elle a le mérite d'être pratique car elle se rapproche de la réalité quotidienne et il reste facile de s'y retrouver.

L'auteur passe ensuite en revue les épices ou plus justement les condiments, car il y inclut le persil, le vinaigre,...

Ces produits qui ne sont pas des aliments à proprement parler ont tout de même une grande importance dans l'alimentation car, en donnant du goût aux aliments, ils excitent l'appétit et favorisent ainsi la digestion .. La seule critique à ce chapitre est que l'huile d'olive, comme l'auteur, le fait d'ailleurs remarquer lui-même, est un aliment au sens propre du terme et pas seulement un condiment.

Le professeur termine par les eaux de boisson (commentées à part, vu l'importance du chapitre) et par les laits et leurs dérivés (commentés dans le chapitre des produits d'origine animale).

Comme autre point pratique de comparaison, il y a le régime alimentaire, et dans le but de déterminer le type de régime préconisé dans la «Shagrîniah», commençons par rappeler les différents modes d'alimentation actuellement admis.

La diététique moderne, tout en prenant comme règle de base la

riz, le millet,...) et les légumineuses (les haricots, les poischiches, les lentilles, les fèves...). Le fait que ces aliments soient traités en premier indique qu'ils représentaient certainement la base de l'alimentation (comme c'est le cas encore de nos jours dans notre pays). D'ailleurs ces deux familles d'aliment, bien que différentes, ont un point commun au delà de leur aspect extérieur, qui est leur richesse alimentaire, grâce notamment à leur haute teneur en protéines végétales.

Après, le chapitre des «graines», vient celui des aliments composés, très intéressant par les nombreuses spécialités culinaires qui y sont énumérées (mais qui se passe de commentaires) puis l'auteur passe à une succession de chapitres — les viandes de boucherie, les volailles (et les oeufs), les poissons, le gibier à poil — qui réunit en fait les produits d'origine animale (source de protéines animales), et nous avons choisi de dire quelques mots à propos de la viande; en effet, concernant cette dernière, les jugements du professeur tout au long de son oeuvre sont variables, tantôt il la prise tantôt il condamne fortement quelques sortes d'elles rappelant en cela la polémique actuelle à propos de cet aliment. Dans ce même chapitre, nous avons relevé une remarque intéressante : la notion du risque de «putréfaction» du jus de viande, contre laquelle le professeur met en garde c'est cela d'ailleurs qui oblige à obéir à une règle d'hygiène de base, la réfrigération immédiate des viandes vu leur haut potentiel de souillure et de putréfaction. Dans ce même ordre d'idée, rappelons une autre mesure d'hygiène tout aussi importante que la précédente et qui est le contrôle vétérinaire de la viande dans le but d'éviter les nombreuses maladies contagieuses, bactériennes et parasitaires que celle-ci est susceptible de transmettre au consommateur (Brucellose, kyste hydatique, ascaris, ...) et que le professeur évoquerait à propos de la condamnation de la viande de vache qui «provoque, dit-il, des tumeurs (= Kyste hydatique ! ?).

Cependant, comme critique de ce chapitre, notons que le lait et ses dérivés, qui constituent eux aussi essentiellement une source de protéines animales, sont relégués à la fin du chapitre diététique, après les eaux de boisson alors qu'il auraient fort bien pu trouver leur place dans cette rubrique.

— Ils auraient pour but de faciliter sa digestion V. 53. Ces trois hypothèses pourraient d'ailleurs toutes être valables selon les cas...

En ce qui concerne la diététique moderne, la détermination des besoins alimentaires de l'organisme repose sur des bases totalement autres dont la principale est la satisfaction aux besoins énergétiques (chiffrés en Calories), le but étant d'assurer le métabolisme de base, le déroulement des différentes fonctions, le travail musculaire etc... Le rôle des aliments est de fournir cette énergie grâce à leur teneur en glucides, en lipides et en protides; il faut de plus respecter un certain nombre d'équilibres dont l'un des plus importants concerne la proportion adéquat entre ces trois constituants de base; enfin, pour être complète l'alimentation doit fournir au corps, dans des quantités bien déterminées, les substances qu'il ne peut fabriquer et qui sont : certains acides aminés (dit «indispensables»), les vitamines, les sels minéraux ( Calcium, phosphore,...) et les oligo-éléments (Fer, etc ...).

De ces données découlent le calcul de la ration alimentaire (en moyenne, 2000 calories par jour pour un adulte normal) et le régime alimentaire, ainsi que la classification et le mode de description des aliments qui se base sur leur teneur en protides, glucides, sels minéraux, vitamines, ...).

Ainsi, la divergence entre ces deux conceptions est flagrante et l'analyse réelle de la «Urjūzah» sur les bases scientifiques modernes est impossible à faire, cependant, à travers l'application pratique, il est tout de même possible d'en faire une approche et nous l'avons fait à propos de la classification des aliments, à propos du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments qui sont des découvertes de l'observation et de l'expérience (non en rapport avec le principe des éléments).

Pour étudier la classification des aliments dans la «Shaqrūn-iah» nous avons repris le plan adopté par le professeur en le commentant au fur et à mesure.

L'auteur commence parce qu'il appelle les «hubūb (graines) en réunissant sous ce terme les céréales (le blé, l'orge, le maïs, le



Rappelons que selon le principe des éléments (V. le chapitre principes de la M.A.), chaque individu a un « caractère » donné (selon la proportion des quatre humeurs qui le constituent), qui révèle toujours un certain déséquilibre (chaud, froid ...); d'autre part, et de la même façon, chaque aliment a un tempérament donné (selon la proportion des éléments qui le constituent); ainsi le rôle qu'ils vont jouer est d'équilibrer le « tempérament » des individus.

Cette façon de voir va donc intervenir à tous les niveaux et notamment :

— dans la détermination du mode d'alimentation (le régime alimentaire).

— et dans le mode de description des aliments; à ce propos, voici le plan type que nous avons relevé chez le professeur A. Ibn Shagrûn :

1. Le tempérament de l'aliment.

2. L'action de l'aliment sur l'organisme et le professeur cite à ce sujet, d'un côté l'action prévisible de par son tempérament (rechauffer, refroidir, ...) et d'un autre, la (ou les) action(s) une constatation d'expérience (comme par exemple la propriété astringente du caroube).

3. Les variétés (pour les aliments d'origine végétale); et notons à ce sujet que toutes sont des variétés locales très spécifiques au Maroc et parfois même à l'épopée ..

4. Les « correctifs » de l'aliment = (« Isâlâh » et notons, à propos de cette notion qui revient souvent dans la « Urjûzah », qu'il y aurait trois hypothèses d'explication :

— Les correctifs auraient pour but d'équilibrer le tempérament de l'aliment lui-même.

— Ils auraient pour but de le compléter au point de vue nutritif V. 59.

D'autre part, et du point de vue purement linguistique, l'étude des termes techniques de la pharmacopée, de la diététique, etc ... (par exemple quant à leur origine arabe, bebrère, persane, grecque...), est, elle aussi, un domaine de recherche qui ne manque pas d'intérêt.

Cependant, nous nous sommes limités dans ce qui suit à un commentaire concernant essentiellement les domaines de l'hygiène abordés dans la «Shaqrûniyah» et ce à la lumière des connaissances actuelles. Notre commentaire portera donc sur la diététique, les eaux de boisson (que nous avons traitées séparément de la diététique), l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voyageur. Disons dès à présent, qu'il ya là un écueil à ce commentaire, et c'est de s'engager dans la critique d'une conception donnée au moyen d'une autre conception aux critères totalement différents et nous essayerons d'éviter cela en n'engageant la discussion que sur des points pratiques et précis à propos de chacun des domaines étudiés.

#### *A propos du chapitre de diététique :*

La diététique est la branche de l'hygiène qui s'intéresse à l'alimentation de l'homme et, comme nous l'avons déjà signalé, elle est basée, dans la «Shaqrûniyah», elle aussi sur le principe des éléments; ainsi, il est impossible d'en faire une analyse à la base des critères scientifiques modernes tout au plus pourrions nous, sur quelques points pratiques, faire des rapprochements, par exemple au sujet de la classification des aliments, du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments.

Enfin et indissociable de la diététique, il est beaucoup question, dans ce chapitre, de maladies (physiopathologie et traitement) ce qui nous a poussé à réserver un paragraphe à ce sujet en fin du commentaire.

Avant d'aborder les comparaisons et les commentaires, commençons par voir les bases théoriques respectives de la diététique, selon les classiques (médecine arabe), et selon la conception moderne actuelle :

*Pour ce qui est de la forme :*

C'est dans un poème au style léger et familier que l'auteur a choisi de nous faire partager son savoir, et, malgré son souci de rigueur scientifique et l'introduction par moment de formules pieuses, il n'en conserve pas moins un certain sens de l'humour.

Dans ce genre de poème, appelé «raja», chaque mètre (ou vers) est composé du pied «mustaf 'ilun» répété six fois dans une répartition en deux hémistiches qui riment entre elles. Ce style de composition était très utilisé à l'époque et notamment dans les ouvrages scientifiques, au point qu'il fut appelé «l'âne de l'étudiant». Certes cette forme versifiée manque parfois de clarté à cause de ses longueurs et ses chevilles et de son apparence compacte, certes elle peut sembler comme «pas très sérieuse» pour véhiculer un savoir scientifique; toujours est-il que la lecture en est très agréable et, grâce au rythme et à la rime, elle offre toutes les facilités pour la mémoire, un peu comme de nos jours ces «moyens mnémotechniques» très utilisés et très chers aux étudiants.

*Pour ce qui est du fond :*

La somme des renseignements contenus dans la «Urjuzah» est considérable; en effet, cette oeuvre reflète une époque et une civilisation avec tout ce que cela sous-entend comme mode de vie, habitudes alimentaires, style d'architecture, genre de vêtements, relations commerciales (ex : avec la France, les toiles de lin de Rouen..), et même, circonstances politiques .. et sur chacun de ces points, il y-aurait largement matière à discussion.

**TROISIEME PARTIE**

---

**COMMENTAIRE**



V. 625 « ... Celles (les habitations) qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fiévreux ... »

A la lumière de ce qui précède, nous voyons qu'il s'agit là d'une médecine essentiellement préventive qui s'attache avant tout à maintenir intact l'équilibre du corps humain (par l'utilisation adéquat de tous les facteurs de son milieu extérieur à savoir les aliments — les habits — les habitations et le climat) et éviter ainsi la maladie.

Ces principes et ce vocabulaire de base étant acquis, il est plus aisé de comprendre la «Shaqrûniyah».

Il est question, dans la «Urjûzah», d'autres «tempérament» non prévus dans le principe de base et pour lesquels nous n'avons pas d'explication logique, il s'agit des «tempéraments» suivants :

- «Layyin» que nous avons traduit par «doux»,
- «Latîf» que nous avons traduit par «subtile»,
- «Ghalîd» que nous avons traduit par «grossier»,
- et «al-ludûnah» que nous avons traduit par «moux» (mollesse).

V. 228 «Le tempérament du renard est chaud et sec.... il est de la plus grande utilité contre ... les rhumatismes.»

Notons toute fois, qu'un traitement de ce genre doit prendre en considération le «caractère» propre du sujet auquel il est prescrit pour éviter d'aggraver son déséquilibre «naturel» des tempéraments; de là vient la notion de «contre-indication» dont nous avons un exemple :

V. 534 .. «cette dernière ( préparation ) ne convient pas aux bilieux, préserve les donc d'un grand mal.»

#### *Application à l'hygiène du vêtement :*

Chaque tissu a, lui aussi, un «tempérament» propre (selon la proportion des éléments qui le composent) et doit donc être adapté au «caractère» de l'individu qui le porte; on lit ainsi :

V. 606 «Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec, ils permettent de dessécher le pituiteux.. mais pour le bilieux c'est le pire des habits....»

(Rappelons, pour la compréhension, que le pituiteux a un excès de pituite qui est froide et humide et que, à l'inverse, le bilieux a un excès de bile qui est chaude et sèche).

#### *Application à l'hygiène des habitations :*

Les habitations, par leur «climat» intérieur, protègent les occupants en assurant la constance de leur tempérament, ainsi nous lisons.

V. 628 — 629 «Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement .. au moment des vagues de chaleur d'été ...»

De plus, l'exposition même des habitations aux différents vents a, elle aussi, une importance, puisque chaque vent a une influence propre sur le tempérament des occupants, et on peut lire par exemple :

chauds aggraverait son déséquilibre et lui seraient donc néfastes. C'est ce qui ressort par exemple V. 337 et V. 341.

— «Les dattes ont une tendance chaude .... elles ne conviennent pas aux bilieux...».

— Sachant cela, la question qui vient à l'esprit est : comment déterminer le «tempérament» d'un aliment ? A ce propos, il ya dans la «Urjūzah» plusieurs allusions du Ibn Shaqrūn, qui nous laissent entrevoir que le goût est un moyen de détermination du tempérament; ainsi; nous pouvons lire par exemple V. 416, à propos d'une variété de cardons :

« ... Son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer ....»

ou encore V. 362

«Les olives sont de tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer ....»

ou encore à la V. 419 V. 420.

«Le chardon est humide et froid, en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.»

#### *Application à la pathologie et la thérapeutique :*

L'état de maladie est considéré, selon cette doctrine, comme le résultat d'un déséquilibre important du tempérament. Il y a ainsi des maladies dues à un excès de chaud, et ce sont par exemple toutes les fièvres; il y a des maladies dues à un excès de froid et c'est le cas des rhumatismes, etc....

Le traitement va donc consister à apporter des produits doués de la propriété antagoniste et comme illustration de ceci, voici deux exemples tirés de la «Shaqrūniyah» :

V. 358 «L'azérole est de tempérament froid et sec, pour cette raison elle convient au fiévreux».



ment», de l'individu en question; ainsi, à ces quatre humeurs correspondent quatre «caractères» ( ou types d'individus ) différents selon la prépondérance de l'une ou l'autre :

- un excès d'humeur «sang» donne lieu au caractère sanguin («ad-damawî»)
- un excès d'humeur «phlegme» (ou pituite), donne lieu au caractère phlégmatique (ou pituiteux) «= al balghamî.
- un excès d'humeur bile jaune donne lieu au «caractère» bilieux («as-safrawî).
- enfin un excès d'humeur atrabilieuse (ou bile noire) donne lieu au caractère atrabilieux (as-sawdawî).

Notons qu'il est possible pour ces humeurs de se transformer l'une en l'autre par un phénomène de «combustion» et nous en avons un exemple :

V. 341 : «... elles (les dattes) ne conviennent pas aux bilieux chez lesquelles elles transforment rapidement le sang en bile noire;..

Le but, pour un parfait état de santé est d'obtenir et de maintenir l'équilibre parfait du tempérament et donc des humeurs dans l'organisme; dans la pratique, ce principe intéresse tous les domaines de la médecine et de l'hygiène.

#### *Application à la diététique :*

Prenons l'exemple d'un sujet au «caractère» bilieux (ou plus simplement dit : «un bilieux») par définition, il a un excès de chaud et de sec, et c'est donc des aliments froids et humides qui lui conviendront pour rétablir son équilibre; pour illustrer ceci, citons un exemple :

V. 245 , 246 : «Les cerises ont un tempérament froid et humide, ... elles pallient aux méfaits de la bile jaune ....»

Inversement, et en gardant l'exemple du «bilieux», les aliments

Ver : 37 : «Le blé est de tempérament chaud ...»

Parfois, c'est deux des éléments qui sont prépondérants, si c'est par ex. l'eau et l'air, le corps en question est dit froid et humide; à titre d'exemple citons :

V. 245 : ... «Les cerises ont un tempérament froid et humide» Enfin, si tous les éléments sont présents dans les mêmes proportions, l'aliment est dit équilibré («mu'tadil»); on lit ainsi dans la «Shaq-rûniyah» :

V. 263 : «Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre...»

Précisons à ce sujet que, pour un même tempérament il y a quatre degrés (un peu comme un coefficient d'activité) et nous en avons un exemple :

V. 402 , 403 : «... La première variété (d'oignon) atteint le quatrième degré (de chaud) ... la seconde est du troisième degré ... la troisième est de degré inférieur à la précédente».

*La notion d' «humeurs» et de «caractère» :*

Pour ce qui est du corps humain, les quatre éléments se combinent pour former tout d'abord les quatre «humeurs» («Khilt — akhlât»), qui elles, vont constituer les différents organes. Les quatre humeurs sont :

- le sang («ad-dam»), qui est de tempérament chaud et humide,
- le phlegme ou pituite («al balgham») qui est de tempérament froid et humide,
- la bile jaune («as -asfrâ») qui de tempérament chaud et sec.
- et enfin la bile noire ou atrabile («as?awdâ'») qui de tempérament froid et sec.

La proportion des quatre (humeurs dans l'organisme détermine ce que l'on appelle le «caractère» («at-tab'») ou encore le «tempéra-

Avant d'aborder la lecture du texte de la «Shagrîniyah», et pour permettre de suivre sa logique, il est indispensable d'avoir une notion des principes sur lesquels l'oeuvre est basée; c'est le but de ces quelques lignes. Rappelons encore une fois que cette doctrine est celle de la médecine grecque.

*La Notion «d'élément» et de «tempérament» :*

Tout commence par les quatre éléments qui sont les constituants de toute matière : le feu, l'air, l'eau et la terre; chacun d'eux a sa qualité propre :

- pour le feu c'est le chaud («al haràrah»)
- pour l'air, l'humidité («ar-rutûbah»)
- pour l'eau, le froid («al bard»)
- et pour la terre, le sec («al yubs»);

C'est la proportion de ces quatre éléments dans un corps ou une matière donnée qui en détermine ce que l'on appelle le «tempérament» («al mizâj»); ainsi un des éléments peut être prépondérant; si c'est p. ex. le feu, le corps en question est dit de «tempérament» chaud («hàrrun»); si c'est l'eau son principal constituant, il est dit de «tempérament» froid («bàridun»), etc ....

C'est dans ce sens qu'il convient de comprendre les descriptions faites dans la «Shagrîniyah», par exemple à propos des aliments, lorsque l'auteur dit

**LES PRINCIPES  
DE LA  
MEDECINE ARABE**



س	s	ز	en fin de mot:t
ش	sh	ذ	en fin de phrase : h
ح	h	( الشبة )	«doublement de la con-
ط	d		somme,
ط	t	ال ( القمرية )	al, ex; al qamar
ظ	z	ال ( الشمسية )	ex : a sh-shams

les voyelles :

Brèves : a, i, u (prononcer ou)

longues : à, î, û, (prononcer ou)

Le tanwin (voyelles répétées) : an (prononcer «ane»), in («ine») un («oune»).

## VERTISSEMENT

Pour la clarté de la présentation nous avons réparti le texte de la «Shaqrūniah» (la question comprise) en pages comprenant chacune quinze vers numérotés de un à quinze, ceci donnant un total de 48 pages que nous avons numéroté de 1 à 18 (indépendamment de la numérotation des pages du livre). C'est toujours à ces numéros de pages et de lignes que nous renvoyons lorsque nous écrivons par exemple v. P 2/15...

Chaque page de transcription est suivie d'une page de lexique de ses termes techniques et d'une page de traduction elle aussi présentée en lignes numérotées de 1 à 15.

Pour la transcription française des termes arabes nous avons adopté la méthode dont le tableau suit, (méthode proposée par les experts arabes devant la conférence géographique internationale pour la normalisation des noms géographiques).

	a'	ع	'
ا	b	ع	gh
ب	t	ج	f
ت	th	ق	q
ث	j	ك	k
ج	h	ل	l
ح	kh	م	m
خ	d	ن	n
د	dh	ه	h
ذ	r	و	w
ر	z	ي	y
ز			

(1) Elle nous a été gracieusement indiquée par un des conférenciers le Dr Abdelhadi TAZI.

*DEUXIÈME PARTIE*

---

*LA «URJUZAH A SH-SHAQRUNIAH»*



Un passage de l'«Anis» laisse supposer qu'il professait à Meknès à la mosquée voisine du tombeau du Saint Sidi Ahmed Ben al Khadra, et dans le livre «Al Manza' al-Latif» (de l'écrivain Ibn Zaydân) il est cité parmi les médecins particuliers du roi Moulay Ismaïl.

Il eut lui-même des «disciples» (élèves, dont les deux plus connus sont :

— Le Cheikh Sidi Salah Ben al Ma'ti a sh-Sharqî qui était alors le «Syyid» de Boujad (au Tadla), et qui fut l'inspirateur de «Shagrûniyah».

— et Al 'Alami, sus-cité, qui a relaté dans son livre «al Anis», plusieurs recettes médicales et magiques recueillies au contact du médecin.

Abd al Qâdir Ibn Shaqrûn a été cité comme étant l'auteur de quelques ouvrages littéraires (inconnus en ce jour), de même que de poèmes dont certains sont relatés dans l'«Anis». Dans le domaine médicale, nous avons de lui les «recettes médicales» citées dans le «Anis» et le Dr. H.P.J Renaud a signalé l'existence d'une oeuvre de A. Ibn Shaqrûn traitant spécialement des simples mais dont le manuscrit n'a pas encore été retrouvé; Cependant, son oeuvre principale et la plus répandue dans le Maghreb est la «Shagrûniyah»; elle fut présentée pour la première fois à Meknès en 1113 Heg. = 1702 — 1701 et c'est elle qui constitue l'objet de notre étude.

**BIOGRAPHIE**  
**(DE 'ABD AL QADIR IBN SHAQRUN)**

---

Abu Muḥammad 'Abd al Qādir Ibn Shaqrūn, surnommé «al Maknāsī («de Meknès»», pour le distinguer d'un homonyme qui vécut à Fès à la fin du 18<sup>ème</sup> siècle, fut un contemporain du roi Moulay Ismaïl (1672 — 1727), mais nous manquons de précisions au sujet des dates exactes de naissance et de mort.

Il étudia :

— A Fès; et c'est là qu'il connut son maître de médecine le plus marquant, Abu 'Abd Allāh Muḥammad Adarrāq (membre de la grande famille des Adarrāq qui a donné de célèbres médecins dont l'un d'eux 'Abd al Wahhāb Ben 'Ahmed Adarrāq, était contemporain de A. Ibn Shaqrūn).

— A Meknès, où il connut aussi de grands maîtres aussi bien dans la médecine que dans la littérature et la religion.

— Au Moyen Orient enfin (à l'occasion du pèlerinage à la Mecque) et notamment en Egypte, où il assista aux cours du médecin Ahmed az-Zaydān qui lui enseigna, entre autres, le résumé du «Canon» d'Avicenne par Ibn An-Naffis.

Homme de lettre, homme de religion et poète de valeur, comme il a été décrit par le grand lettré de son époque Ibn At-Tayyib al 'Alamī (dans son livre «Al Anīs al Mutrib»), Ibn Shaqrūn était avant tout un médecin et un pharmacien.

Faisant suite à cette époque et dès la 13ème siècle, il survint une décadence dans tous les pays musulmans qui se répercuta sur la science ( donc la médecine ); cependant, il persista malgré tout des foyers culturels islamiques; c'est le cas de l'Egypte au Moyen Orient et du Maghreb; ce dernier apparaîtrait ainsi comme le dernier refuge de la science (et notamment de la médecine) arabe d'Occident.

Ainsi, à l'époque de la «Shaqrûniyah» la médecine arabe était encore pratiquée à titre officiel et enseignée au Maroc. Le principal centre d'étude était l'université Qarawiyyîn de Fès où les maîtres de médecine à l'honneur étaient les auteurs orientaux aussi bien classiques (tels que Avicenne et Rhazès), que modernes (tel que le syrien Dawûd al Antaki du 16ème siècle) ainsi que les auteurs occidentaux (comme Abulqâsim), sans oublier les auteurs purement marocains dont nous citerons à titre d'exemple : — de la fin du 16ème siècle Al Wazîr Al Ghassâni, auteur entre autres d'une oeuvre relative aux plantes médicinales et aux drogues (1), la «Hadîqa (que G.S. Colin avait commencé à traduire) :

— et parmi les contemporains de Ibn Shaqrûn, le médecin 'Abd al Wahhâb Ben Ahmed Adarrâq auteur entre autres d'un poème sur la menthe; mais la liste est bien plus longue(1) c'est dans ce contexte qu'il convient de replacer le professeur Abd Al Qâdir Ibn Shaqrûn et son oeuvre la «Shaqrûniyah».

---

(1) Pour plus de renseignement consulter : H.P.S. Renaud, De quelques sociétés rec. a. hist. med. arabe au Maroc

850 — 923, Ibn Sîna («Avicenne») 980 — 1036, Ibn Nafis (deuxième moitié du 13ème siècle); elle fut suivie par l'école d'occident, dans l'Espagne musulmane, avec elle aussi des noms célèbres comme Abu al Qâsim 936 — 1013, Ibn Zuhr («Avenzoar») 1101 — 1161, Ibn Rushd («Averroès») 1126 — 1198.

Son extension à travers le monde non musulman et notamment vers l'Europe, a débuté dans l'école de Salerne grâce aux traductions en latin des oeuvres arabes par Constantin l'Africain 1019 — 1089) (1019 — 1087), et va se continuer peu à peu.

Pour donner une idée du rôle qu'a joué cette médecine au Moyen âge dans cette partie du monde, il suffit de rappeler que parmi les 13 premiers livres qu'a possédés la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris (instituée vers la fin du 14ème siècle), six volumes étaient des traductions latines d'oeuvres médicales arabes(1) à savoir : le «Colligec» d'Averroès, le «Canon» d'Avicenne, l'«Antidotaire» d'Abu al Qasim, le «Continens» de Rhazès; le «Canon» a été un des ouvrages classiques de tout le Moyen âge médical (jusqu'au 16ème siècle).

En fait, le déclin de la médecine arabe avait déjà débuté au 13ème siècle, mais il ne se fit sentir que progressivement. Ainsi, ce n'est qu'après la chute de Constantinople (15ème siècle) que, de nouveau, les oeuvres de médecine grecque parvinrent, directement en Europe, ouvrant ainsi la voie à la médecine de la Renaissance. D'ailleurs, à cette époque, les principes médicaux grecs sont peu à peu abandonnés et cèdent la place à une nouvelle conception médicale, celle de la médecine actuellement pratiquée; nous citerons par exemple un contemporain européen de la «Shagrîniyah», le médecin italien Malpighi (1628 — 1694).

En ce qui concerne plus spécialement le Maroc, à l'époque de l'âge d'or de la médecine arabe en Occident (11ème — 12ème siècle), il formait avec l'Espagne musulmane un seul et même pays; d'ailleurs, cette époque coïncide avec la «reconquista» qui va provoquer l'émigration vers le Maroc de nombreuses familles andalouses et parmi elles celles d'imminents médecins, comme les «Avenzoars».

---

(1) A. Hahn Hist. d. l. med. et d. llyre med.

## HISTORIQUE

Nous n'avons pas, dans ce chapitre, l'intention de reprendre en détail toute l'histoire de la médecine arabe; notre but est uniquement d'éclaircir ce qu'a été sa source et de voir brièvement quelle a été son évolution à travers le monde jusqu'au 18ème siècle (date de la composition de la «Shagrûniyah». Ceci nous permettra d'une part de préciser le type de médecine pratiqué à l'épopée arabe et d'autre part de déterminer le contexte médical de la «Shagrûniyah».

À l'époque préislamique, il n'y avait chez les arabes de la péninsule arabique, qu'une médecine primitive; les connaissances et les pratiques médicales étaient le fruit de découvertes fortuites et de l'observation ... Il s'y mêlait aussi beaucoup de magie ou de superstition.(1)

L'avènement de l'Islam va complètement révolutionner cet état de chose. En effet, les fidèles, engagés dans la guerre sainte pour propager le message divin, vont découvrir, par la même occasion, les civilisations des peuples «conquis»; c'est ainsi que, lors de la conquête de l'Egypte ils découvriront pour la première fois la médecine grecque(2) alors enseignée à l'école d'Alexandrie à travers les œuvres de Galien; de là, commença le mouvement de traduction de ces œuvres en langue arabe.

Dans le monde musulman, la première école instituée a été celle d'Orient célèbre par ses grands noms comme Ar-Râzi («Rhazès»),

---

(1) L. Leclerc. Hist. de la méd. arabe.

(2) Ils devaient par la suite la redécouvrir lors de la «conquête» de la Mésopotamie et de la «conquête» de la Perse.

alkarim al Qadiri al Hassani, réalisée à Fès en 1324 de l'Hég (1906 —1907). (voir photocopie de la première page : Figure 3).

D'une manière générale, la «Shaqrūniah» débute ainsi (dans les trois copies) :

« الحمد لله الحكيم المرشد      اللهم الرشيد لكل مهتد  
المنزل الغيث من السماء      الرزق الاقنات للنماء

— Gloire à Dieu, Le Sage et le Guide Qui inspire la guidance à chacun des dévots,

— Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la végétation.

Rappelons qu'elle fut écrite par le médecin 'Abdal Qadir Ibn Shaqrūn en réponse à une question d'un de ses «élèves», question elle même se présentant sous forme d'un poème «Urjuza» de 51 vers et qui figure en tête de la «Shaqrūniah» dans les copies A et C; elle débute ainsi :

« يا شفيقنا التحرير حلو المنطق      المتزني بمزايا المشرق  
يا من علا الاقرب والاقربانا      كما سمي الدهر به وزانا »

Voyez la photocopie de sa première page dans la copie A (figure 1 bis).

Le texte final présenté, riche de 674 vers, est le fruit d'un rapprochement entre les trois copies A, B et C que nous avons complété l'une par l'autre; chaque divergence entre les copies et, signalée et précisée dans le texte par un renvoi en bas de page. Nous avons jugé utile de faire également figurer le texte de la question, en tête de la «Shaqrūniah», comme cela se présente dans les copies A et C.

## LES MANUSCRITS

Pour notre travail de transcription nous nous sommes basés sur le texte des deux manuscrits de la «Urjūzah» de la bibliothèque générale de Rabat et sur une lithographie de fès.

Le premier manuscrit, que nous appellerons copie A, est compris dans un «Majmu'» ( ou recueil de plusieurs oeuvres manuscrites ) sous le numéro D1602. La «Urjūzah» (et la question de l'élève) y figure de la page 111/A à la page 127/B.

La «Shaḡurūniah» proprement dite comprend 667 vers, à raison de 23 vers par page d'une écriture de style maghribi, vocalisée; transcripteur et date de transcription nous sont inconnus. ( voir photocopie de la première page = Figure 1).

Le deuxième manuscrit, que nous avons appelé copie B, est compris lui aussi dans un «Majmū'», sous le numéro D991. La «Urjūzah» y figure de la page 208/A à la page 236/B et comprend 667 vers à raison de 12 vers la page, dans une écriture de style maghribi vocalisée. Sa transcription a été achevée le dimanche 3 cha'ban 1188 de l'Hég. goct. (1774 — 75), sous la plume d'un nommé Mohamed Ben Ibrahim al Qurtubi ar-Ribati. (Voir la photocopie de la première page = Figure 2).

La lithographie, que nous avons appelé copie C, est elle aussi tirée d'un recueil, appelé «Majmu'al Mutūn», et y figure de la page 376/B à la page 403/B (la question de l'élève comprise). L'oeuvre proprement dite comprend 673 vers à raison de 26 vers par page, dans une écriture de style maghribi, vocalisée et très lisible. Il s'agit d'une lithographie de l'imprimerie de Moulay Ahmed ben Abd-

**PREMIERE PARTIE**

---

**PRESENTATION**





ageur; l'auteur y a inclus également quelques données de pharmacologie et de thérapeutique.

Cette oeuvre, bien que composée à une époque de déclin pour la médecine arabe, (et certains passages reflètent effectivement cet état de fait), présente un intérêt certain qui se mesure à ce fait qu'elle a pu s'imposer, au milieu de la foison des oeuvres médicales similaires écrites à la même époque, elle fut ainsi enseignée à l'université (Qarawiyyin de Fès jusqu'au début de notre siècle et fut lithographiée ( imprimée ) à Fès en 1906 ainsi qu'à Tunis vers la même époque.

Plus, et outre sa valeur purement médicale, elle offre, d'une part un intérêt historique médical, étant un reflet de ce que fut la médecine arabe (ses principes de base et ses pratiques), d'autre part un intérêt linguistique, en révélant l'éventail des termes techniques de la diététique et de la pharmacopée marocaines.

D'ailleurs, elle n'a pas manqué d'attirer l'attention des orientalistes spécialisés dans les «affaires» marocaines tel que le Dr. Renaud, suscit, qui dans un article consacré à l'étude des médecins marocains antérieurs au protectorat, (1) a cité les différents chapitres, à la suite d'une brève biographie de son auteur le médecin A. Ibn Shaqurûn.

Le but de ce travail a été avant tout de rendre cette oeuvre accessible au lecteur; c'est dans ce souci que nous avons commencé par la situer dans son contexte historique médical (en commençant par préciser sa source qui se trouve dans la médecine grecque) et que nous avons exposé les principes sur lesquels elle se base, avant d'aborder sa transcription et sa traduction accompagnées d'un lexique des termes techniques; à ce propos précisons que notre instrument de travail a été essentiellement le livre de H.P.J. Renaud et G.S. Colin, Sus-cités), «Tuhfat al ahhâb» ou Glossaire de la matière médicale marocaine; cependant tous les vernaculaires utilisés dans la «Shaqrûniyah» ne s'y trouvaient pas et nous avons eu parfois recours à d'autres sources bibliographiques (indiquées au fur et à mesure) ainsi qu'à l'enquête orale.

---

(1) Renaud : De quelques acqui. rec. a. hist. méd. arabe au Maroc.

## PREFACE

---

La Médecine Arabe est un domaine qui a beaucoup attiré la curiosité, aussi bien du spécialiste que du profane et de nombreux ouvrages lui ont été consacrés, nous citerons parmi eux le classique «histoire de la médecine arabe» du Docteur L. Leclerc, et les travaux plus récents d'enquêtes historiques, de traductions, d'élaboration de glossaires etc ... du Dr. H.P.J. Renaud et de G.S. Colin qui se sont plus particulièrement intéressés à la médecine arabe au Maroc et dont les oeuvres nous ont servi de base dans notre travail : «De la Médecine Arabe du 11<sup>ème</sup> siècle à travers la Urjuzah ash-Shaqrûniyah».

Le terme de «Urjûzah» s'applique à un type particulier de poème et c'est sous cette forme que l'enseignement était dispensé à l'époque pour favoriser la mémoire des étudiants; dans ce même style, les oeuvres de médecine arabe les plus célèbres sont les «Urjûzah» de IBN ABD RAPPEH ARRAZI — ET IBN TUFAYL (1) d'Avicenne.

Le terme de «Shaqrûniyah» correspond au nom de l'auteur, le médecin Abd al Qâdir Ibn Shaqrun qui composa cette oeuvre en réponse à une question, elle est même présentée sous forme de poème, qui lui fut adressée par un de ses fameux élèves le Cheikh Sidi Salah Ben Al Ma'ti ash-Sharqi

Il s'agit d'un véritable traité d'hygiène dont la plus grande partie est consacrée à la diététique (ou hygiène alimentaire) mais comprenant également l'étude d'autres domaines de l'hygiène, à savoir : l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voy-

---

(1) Rosa Kubine : Le' : URJUZA FI L-TIBB

## PRESENTATION

---

PAR Dr. ABDEL HADI TAZI

Ce n'est pas parce qu'il est mon fils, mais lorsqu'il s'adressa à moi pour me demander de l'aider dans l'élaboration de ce travail, j'ai remarqué qu'il était sincère dans ce qu'il entreprenait, persévérant dans sa tâche. Sa culture arabe ne valait certes pas sa culture française. Cependant, grâce aux efforts continus qu'il fournit durant cinq années, il put enfin surmonter l'obstacle linguistique. Il devait alors découvrir que *l'arabique* l'a «servi» utilement, et qu'il a pareillement, rendu service à celle-ci en la sortant de l'ombre et en la mettant à la disposition non seulement des arabophones, mais aussi des francophones.

Je fus bien heureux d'avoir assisté — avec d'autres — à la soutenance de sa thèse importante à la Faculté de Médecine, de l'Université Mohammed V, pendant l'été 1980. Mais mon bonheur fut encore plus grand, quand mon fils fut reçu avec la mention très honorable et félicité par les membres du jury, lequel prit la décision de proposer son travail pour le Prix consacré au thème relevant de la discipline médicale.

Le Docteur Badr TAZI a ouvert l'un des plus importants dossiers de l'histoire de la médecine. Il s'agit en effet de recourir à nouveau aux données et principes sur lesquelles nos ancêtres se basaient quant à l'exercice de leur métier, d'approfondir leur étude, de les assimiler .. «d'en prendre soin».

Dr. Abdelhadi TAZI

**A NOTRE PRESIDENT DE THESE, MONSIEUR**

**A. BENCHEKROUN**

---

*Professeur d'urologie au C.H.U. de Rabat.*

Nous vous remercions pour la confiance que vous avez placée en nous en acceptant de présider à l'élaboration de ce travail, pour l'honneur que vous nous faites en présidant cette thèse et pour le précieux enseignement que vous nous avez donné.

---

*La faculté de médecine de l'université Mohammed V de Rabat a vécu vendredi un événement unique en son genre.*

*Il s'agit de la soutenance d'une thèse de doctorat en médecine sur le thème. «La médecine marocaine au 18ème siècle à travers l'Urjusah Achakrounia» présentée par l'étudiant M. Badr Tasi.*

*La soutenance s'est déroulée sous la présidence du professeur en urologie. Abdellatif Bencheikroun avec la participation du professeur Abdellatif Berbich membre de l'Académie du Royaume du Maroc et du Pr. Benyahya.*

*Le Dr. Badre Tasi a soutenu brillamment la thèse et a obtenu la mention très honorable avec échange international et proposition pour le prix consacré aux thèses médicales. (MAP).*

---



—	Presentation	11
—	Preface	12
—	Premiere Partie — Presentation	15
—	Historique	18
—	Biographie (De'Abdal Qadir Ibn Shakrun)	21
—	Deuxieme Partie — Le «Urjusah A Shaqruniah ..	23
—	Verfässer	24
—	Le Principes De La Médecine Arabe	27
—	Troisieme Partie Commentaire	35
—	Conclusion	56
—	Bibliographie	
	Ouvrage En anglLe Française	59
—	L'oeuvre Proprement Dite	65





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



**La médecine arabe au XVIII<sup>e</sup>  
Siècle à travers al  
"Urdjuza Ash-Shakruniyya"**

édité et annoté par

**Dr. BADR TAZI**

Traduction et préface de

**Dr. ABDELHADI TAZI**



Publié par

**L'Organisation Egyptienne Générale du Livre**

**1404 -- 1984**



10308

**LA MEDECINE ARABE AU XVIII<sup>e</sup>  
SIECLE A TRAVERS AL  
«URDJUZA ASH-SHAKRUNIYYA»**



Oeuvres du patrimoine

La médecine arabe au XVIII<sup>e</sup>  
Siècle à travers al  
"Urdjuza Ash-Shakruniyya"

étdité et annoté par

Dr. BADR TAZI

Traduction et préface de

Dr. ABDELHADI TAZI

Publié par

L'Organisation Egyptienne Générale du Livre

1404 — 1984